Giao tiếp với con trẻ như thế nào?

Iu. B. Gippênrâytơ















alphabooks®

nhasach nhanam

Mục lục



Lời giới thiệu

Tác giả cuốn sách là bà Julia Bôrixốpna Gippênrâytơ, giáo sư trường Đại học Tổng hợp Matxcova, nhà khoa học tên tuổi và nhà sư phạm tài ba, là tác giả của nhiều bài nghiên cứu, nhiều sách chuyên khảo và tài liệu giáo khoa.

PHẦN I. CÁC BÀI HỌC GIAO TIẾP VỚI CON TRẺ

Bài học thứ nhất

Chấp nhận vô điều kiện

Mở đầu một loạt bài học có tính hệ thống, tôi muốn giới thiệu với bạn đọc một nguyên tắc chung mà nếu không thực hiện thì mọi nỗ lực nhằm chấn chỉnh mối quan hệ với con trẻ đều sẽ không có kết quả. Đây cũng là xuất phát điểm của chúng ta. Nguyên tắc: chấp nhận vô điều kiện.

Chấp nhận vô điều kiện là thế nào?

Chấp nhận đứa trẻ vô điều kiện nghĩa là yêu thương đứa trẻ không vì nó đẹp, thông minh, có năng khiếu, học giỏi, sẵn sàng giúp đỡ mọi người,... mà đơn giản vì nó là đứa trẻ!

Nhiều khi cha mẹ nói với cậu con trai hoặc cô con gái thế này: "Nếu con là đứa trẻ ngoan thì mẹ (bố) sẽ yêu thương con."

Hoặc: "Đừng có mong mẹ (bố) đối xử tốt nếu con chưa chừa cái thói... (lười nhác, đánh nhau, nói hỗn), nếu chưa... (vâng lời, học tập tốt, giúp đỡ việc nhà)."

Để ý chúng ta sẽ thấy: các câu phát ngôn đó thông báo thẳng cho đứa bé biết rằng nó được chấp nhận là **có điều kiện**, rằng mọi người yêu nó (hoặc sẽ yêu) **"chỉ khi nếu**...". Thái độ định giá, có điều kiện đối với con người nói chung là điểm đặc trưng của nền văn hóa chúng ta. Thái độ như vậy ăn sâu vào tiềm thức của cả con trẻ.

Một học sinh lớp năm ở Mônđôva viết cho chúng tôi: "Vậy yêu quý đứa trẻ vì lẽ gì? Vì lười nhác, bất nhã, không kính trọng người lớn hay sao? Xin lỗi các bác, cháu không thông điểm này! Cháu sẽ chỉ yêu con cái của cháu nếu...".

Nguyên nhân của thái độ định giá đối với con trẻ đang phổ biến rộng rãi trong niềm tin vững chắc rằng khen thưởng và kỷ luật là các phương tiện giáo dục chủ yếu. Khen con trẻ – nó sẽ làm nhiều việc tốt, phạt nó – sẽ bớt đi điều xấu. Song khốn nỗi: các biện pháp đó đâu phải lúc nào cũng tốt. Ai chẳng biết quy luật sau: đứa bé càng bị mắng mỏ nhiều bao nhiêu thì càng hư bấy nhiêu. Tại sao lại như vậy? Là bởi việc dạy dỗ con trẻ hoàn toàn không phải là công việc luyện tập. Cha mẹ tồn tại không phải để luyện cho con trẻ có các phản xạ có điều kiện.

***

Các nhà tâm lý học đã chứng minh rằng nhu cầu được yêu thương là một trong những nhu cầu chủ yếu của con người. Đáp ứng nhu cầu đó là điều kiện cần thiết để con trẻ phát triển bình thường. Nhu cầu này được thỏa mãn nếu bạn cho đứa trẻ biết rằng nó quý hóa, nó cần thiết, nó quan trọng đối với bạn, rằng đơn giản nó ngoan. Các thông báo đó hiện diện trong ánh mắt niềm nở, những cái vuốt ve âu yếm, những lời nói thẳng thắn: "Thật tuyệt vời là bố mẹ đã sinh ra con", "Mẹ thật vui khi nhìn thấy con", "Bố yêu con lắm", "Bà thấy thích khi có cháu ở nhà", "Ông rất vui khi hai ông cháu mình cùng dọn dẹp...".

Bác sĩ nội khoa nổi tiếng Vitgunhia Xachi khuyên nên ôm đứa trẻ vào lòng vài lần mỗi ngày, bà nói rằng bốn cái ôm ấp đơn giản là để tồn tại, còn muốn có trạng thái sức khỏe tốt thì một ngày phải ôm ấp đứa trẻ không dưới tám lần! Mà chẳng riêng gì con nít, người lớn cũng cần cái đó.

Đối với đứa trẻ, những dấu hiệu chấp nhận vô điều kiện như vậy đặc biệt cần thiết, tựa như một cơ thể đang lớn được tiếp chất dinh dưỡng. Chúng **nuôi dưỡng tình cảm,** giúp đứa trẻ phát triển về mặt tâm lý. Nếu đứa trẻ không nhận được những dấu hiệu đó sẽ xuất hiện những trục trặc về xúc cảm, sai trái trong hành vi, thậm chí các bệnh về thần kinh.

Mẹ của một bé gái năm tuổi đã đến gặp bác sĩ vì phát hiện thấy con mình có các biểu hiện rối loạn thần kinh chức năng. Trong một lần trò chuyện, bé hỏi: "Mẹ ơi, trước khi có con, chuyện gì đã làm bố mẹ khó chịu nhất?" "Sao con lại hỏi vậy?" – người mẹ ngạc nhiên. "Vì điều khó chịu nhất với bố mẹ bây giờ là con mà," – bé gái trả lời.

Chúng ta thử hình dung thế này: trước khi có kết luận đó, không biết bao nhiêu chục lần, nếu không phải là hàng trăm lần, bé nghe thấy những câu như "Mày không được như vậy", "Mày hư", "Ai cũng chán ngấy mày", "Đúng là của nợ"... Và thế là những cảm xúc ấy đọng thành căn bệnh rối loạn thần kinh chức năng.

Không phải lúc nào chúng ta cũng để ý tới cách nói năng của mình với con trẻ. Trong một số Báo giáo viên có đăng bức thư hối hận của một người mẹ mãi sau này mới hiểu ra rằng mình đã gây nên vết thương lòng cho đứa con trai của mình. Chú bé bỏ nhà đi, để lại mấy lời nhắn đừng tìm chú: "Chính mẹ đã nói rằng không có con mẹ thấy thoải mái hơn còn gì." Thế đấy, chú bé đã hiểu nguyên văn câu nói của người mẹ! Con trẻ chân thật trong tình cảm của chúng và chúng cũng cho mọi lời nói của người lớn là tuyệt đối chân thật. Cha mẹ càng cáu gắt với con nhiều, cấm đoán, phê phán nhiều, con trẻ càng nhanh chóng nhận định rằng: "Bố mẹ không yêu mình". Các lý lẽ của phụ huynh kiểu: "Đấy là mẹ quan tâm tới con" hoặc "Đấy là vì lợi ích của con" không lọt tai con trẻ. Chính xác hơn, chúng nghe thấy lời nói mà không phải ý nghĩa của câu nói. Chúng có cách tính toán riêng dựa trên xúc cảm của mình. Giọng nói quan trọng hơn lời nói, và nếu giọng nói gay gắt, tức giận hoặc nghiêm nghị thì luôn luôn chỉ có một kết luận: "Bố mẹ không yêu mình, không chấp nhận mình".

***

Chúng ta thử xem cùng với sự trưởng thành của đứa trẻ, "toàn bộ những chuyện khó chịu đó" phát triển thành cái gì. Dưới đây là đoạn trích bức thư của cháu gái mười bốn tuổi.

"Cháu không tin mẹ con cháu có thể có quan hệ thân thiết. Thứ Bảy và Chủ nhật là những ngày cháu ghét nhất trong tuần. Những ngày đó mẹ hay mắng mỏ cháu. Nếu mẹ nói chuyện với cháu kiểu con người thì cháu thông cảm hơn... Thực ra cháu có thể hiểu mẹ làm thế vì muốn cháu thành người tốt, nhưng mẹ đã làm cháu đau khổ. Cháu chán sống kiểu này lắm rồi. Cháu xin các bác giúp đỡ! Hãy giúp cháu với!!!".

Nỗi tủi thân, cô đơn và cả tâm trạng tuyệt vọng vang lên trong các bức thư của những trẻ nhỏ khác. Chúng kể rằng cha mẹ "không thân thiện" với chúng, xưng hô không như "người với người" và toàn "mày, tao", "la hét", sử dụng toàn động từ mệnh lệnh: "Làm đi!", "Dọn đi!", "Mang đến đây!", "Đi rửa bát đi!". Hết hy vọng tình hình gia đình sẽ tốt hơn, nhiều trẻ em đã đi tìm sự giúp đỡ ở bên ngoài. Khi cầu cứu các tòa soạn báo và tạp chí ("Giúp cháu với!", "Cháu biết làm thế nào bây giờ?", "Cháu không thể tiếp tục sống như thế này nữa!"), tất cả các cháu – không trừ một ai – đều đổi tên, không ghi địa chỉ của mình. "Nếu bố mẹ biết, họ sẽ đánh cháu chết mất". Và đôi khi, len lỏi giữa những dòng tâm sự đó là nỗi niềm lo lắng ấm áp của con trẻ đối với cha mẹ: "An ủi mẹ cháu thế nào nhỉ?", "Bố mẹ cháu cũng thấy khó xử chứ", "Có thể thông cảm với mẹ cháu được...". Nhưng phải nói thật rằng những lời lẽ như vậy chủ yếu là của các em tuổi 13, 14. Còn các em lớn tuổi hơn đã chai sạn, chúng không muốn nhìn mặt bố mẹ mình, không muốn sống cùng một mái nhà với họ.

Một nữ sinh lớp 10 viết:

"Cháu thường đọc báo với những lời lẽ rằng cần quan tâm nhiều hơn tới con trẻ. Chỉ vớ vẩn. Cháu và cả nhiều bạn bè cùng tuổi chỉ thích được ở một mình. Đôi khi cháu có ý nghĩ: "Giá mà bố mẹ đi vắng...". Ngày Chủ nhật cháu lại nghĩ: "Chà, phải đến trường thêm một ngày còn thích hơn!".

Còn các bậc phụ huynh thì nghĩ sao? Tâm trạng họ thế nào? Cũng không thiếu nỗi niềm cay đắng và buồn tủi: "Chẳng ra sống, toàn một sự đày ải...", "Đi về nhà như thể ra trận vậy", "Đêm đêm mất ngủ, tôi chỉ còn biết khóc...".

Dù tình hình từ hai phía có căng thẳng đến đâu thì cơ hội để các bậc cha mẹ có thể lấy lại sự bình yên cho gia đình mình không phải đã mất hết. Nhưng phải bắt đầu từ bản thân mình. Tại sao như vậy? Bởi lẽ người lớn hiểu biết hơn, có khả năng kiểm soát mình, có nhiều kinh nghiệm đường đời hơn.

Bây giờ, chúng ta cố thử tìm hiểu những căn nguyên làm cho các bậc cha mẹ có thái độ không tiếp nhận con trẻ một cách vô điều kiện.

Bài tập

Bài tập thứ nhất

Bạn hãy tìm hiểu xem mình có khả năng chấp nhận đứa con tới mức nào. Muốn vậy bạn thử đếm xem trong vòng một ngày (tốt nhất trong khoảng hai – ba ngày), bạn đã bao lần có những lời nói tình cảm (câu chào mừng rỡ, khen ngợi, ủng hộ) và mấy lần có thái độ chê bai (trách móc, phê bình, khiển trách). Nếu số lần có thái độ tiêu cực bằng hoặc vượt

trội thái độ tích cực thì giao tiếp của bạn có điểm trục trặc đấy.

Bài tập thứ hai

Bạn hãy nhắm mắt lại trong một phút và tưởng tượng mình đang gặp người bạn trai (hoặc bạn gái). Bạn sẽ tỏ ra thế nào để người kia biết rằng bạn mừng rỡ, rằng người kia đối với bạn thật quý giá và gần gũi? Còn bây giờ, bạn hãy tưởng tượng đó chính là đứa con của bạn: nó vừa tan trường về và bạn tỏ cho nó biết bạn sung sướng được nhìn thấy nó. Bạn tưởng tượng rồi chứ? Bây giờ, bạn có thể dễ dàng làm trong thực tế trước khi có những lời nói và câu hỏi. Thật tốt nếu bạn kéo dài thêm vài phút gặp gỡ đó theo đúng tinh thần như vậy. Bạn đừng sợ "làm con hư" trong mấy phút đồng hồ, điều đó hoàn toàn vô hại.

Bài tập thứ ba

Bạn hãy ôm ấp con bạn không dưới bốn lần một ngày (không kể câu chào buổi sáng và nụ hôn trước giờ đi ngủ buổi tối).

Bài tập thứ tư

Khi thực hiện hai bài tập trên, bạn hãy để ý phản ứng của trẻ và cả tình cảm của bạn nữa.

Các bậc phụ huynh thường hỏi:

"Nếu tôi chấp nhận đứa trẻ, liệu điều đó có nghĩa là tôi không bao giờ được nổi nóng với nó?"

Tôi xin trả lời: Không, không có nghĩa như vậy. Bất kể trong trường hợp nào cũng không được giấu giếm và nhất là tích tụ những tình cảm tiêu cực của mình. Cần phải bộc lộ chúng, nhưng bộc lộ theo cách đặc biệt. Chúng tôi sẽ nói nhiều hơn về vấn đề này ở phần sau. Còn lúc này xin lưu ý bạn các nguyên tắc dưới đây:

Có thể biểu thị thái độ không bằng lòng của mình với từng hành vi của trẻ, chứ không phải là chung chung.

Có thể phê phán hành vi của trẻ nhưng không được khiển trách cảm xúc của chúng dù cho những cảm xúc đó "không nên có" hoặc "không được phép có". Một khi đã xuất hiện tức là có nguyên nhân.

Thái độ không bằng lòng với cách hành xử của trẻ không được kéo dài liên tục, nếu không từ việc không bằng lòng sẽ biến thành không chấp nhận trẻ.

Nguyên nhân chủ yếu có lẽ là "tâm lý dạy bảo" mà trên đây đã nói tới.

Đây là lời đáp điển hình của một người mẹ: "Tôi làm sao ôm ấp nó được khi nó chưa thuộc bài? Trước hết phải là kỷ luật rồi mới đến tình cảm, nếu không tôi sẽ làm hư nó".

Và người mẹ chọn phương sách phê phán, nhắc nhở, yêu cầu. Chúng ta ai chẳng biết con trẻ sẽ phản ứng ra sao, thường là viện đủ cớ, lừng khừng, còn nếu là chuyện làm bài thì quá rõ – chống trả thẳng thừng. Người mẹ thuộc diện "tư duy sư phạm hợp lý" sẽ lâm vào cảnh bế tắc, hai bên đều khó chịu, căng thẳng gia tăng, va chạm thường xuyên.

Vậy sai lầm ở chỗ nào? Sai lầm ngay từ đầu: kỷ luật không đi trước mà phải đi sau, sau khi đã thiết lập được quan hệ thân thiện với trẻ và chỉ được dựa trên cơ sở đó. Phải làm gì và làm như thế nào, vấn đề này chúng ta sẽ thảo luận sau. Còn bây giờ, tôi đưa thêm vài ví dụ khác có thể là nguyên nhân đứa trẻ không được chấp nhận vô điều kiện, thậm chí bị ghét bỏ.

Những ví dụ như vậy rất nhiều. Chẳng hạn một đứa bé sinh ra ngoài kế hoạch. Cha mẹ không mong đợi bé, còn muốn sống cho "sướng cái thân", thế là họ chẳng cần có bé. Hoặc họ mơ ước có đứa con trai thì lại sinh con gái. Nhiều khi đứa con lại phải hứng chịu sự đổ vỡ trong mối quan hệ của cha mẹ. Chẳng hạn đứa trẻ giống bố mà người mẹ đã li dị, hoặc con có những điệu bộ, nét mặt là nguyên nhân nỗi oán hận âm ỉ trong lòng người mẹ.

"Tâm lý dạy bảo" kiên trì của bậc phụ huynh cũng có thể là nguyên nhân. Nguyên nhân còn có thể là lòng khát khao bù đắp những thua thiệt đường đời, những ước mơ bất thành, hoặc giả người vợ muốn chứng minh để người chồng và những người khác trong gia đình biết mình là tối cần thiết, không thay thế được, rằng mình đã phải gánh cái "gánh nặng đó".

Trong những trường hợp như vậy, đôi khi các bậc cha mẹ cũng cần được tư vấn. Nhưng dù thế nào, việc đầu tiên có thể và cần phải tự làm là: suy ngẫm về nguyên nhân vì sao mình không chấp nhận đứa con. Còn những bước tiếp theo là các bài tập.

Bài học thứ hai

Sự giúp đỡ của cha mẹ.

Hãy cẩn thận!

Ở bài học đầu tiên, các bạn đã làm quen với nguyên tắc có thể gọi là cơ sở của mối quan hệ giữa chúng ta với con trẻ, chấp nhận vô điều kiện. Chúng ta đã nói tới tầm quan trọng của việc thường xuyên thông báo cho con trẻ biết chúng ta cần có nó như thế nào, rằng sự hiện hữu của nó là niềm sung sướng của chúng ta.

Lập tức sẽ có câu hỏi bác lại: những lúc yên lành hoặc mọi việc trôi chảy, tôi dễ dàng làm theo lời khuyên đó. Còn nếu đứa bé làm **không phải thế, không nghe lời,** làm ta khó chịu thì sao? Làm thế nào trong những trường hợp như vậy?

Chúng tôi sẽ giải đáp từng câu hỏi trên. Ở bài học này, chúng ta sẽ phân tích các tình huống đứa trẻ đang bận bịu, đang làm cái gì đó, nhưng bạn lại cho rằng chúng làm "không đúng", làm kém, mắc lỗi.

Bạn hãy tưởng tượng cảnh đứa trẻ đang loay hoay xếp hình. Công việc chẳng suôn sẻ chút nào: các hình đổ lung tung, lộn xộn, xếp mãi không vào, rồi bông hoa "chẳng ra bông hoa". Bạn muốn nhúng tay vào, chỉ bảo, làm mẫu. Và thế là bạn không kìm mình được nữa: "Khoan đã – bạn nói – không phải thế mà phải như thế này cơ". Nhưng đứa trẻ không bằng lòng, đáp lại: "Không cần, con tự làm lấy".

Một ví dụ khác: Chú bé lớp hai viết thư cho bà. Bạn nhòm qua vai bé. Ý tứ thật cảm động, chỉ có điều chữ viết như gà bới và nhiều lỗi chính tả. Trước tình huống đó làm sao bạn có thể coi như không nhìn thấy và bảo cháu sửa cho đúng được. Nhưng khi nghe lời nhận xét, đứa trẻ sẽ tiu nghỉu, hết hứng viết tiếp.

Có một người mẹ nhận xét cậu con trai đã khá lớn của mình: "Ôi, trông con vụng về quá, phải học thì mới nhảy được con ạ...". Hôm đó là ngày sinh nhật của cậu bé, cậu phấn chấn, biết sao nhảy vậy cùng với tất cả mọi người. Nhưng sau khi nghe những lời lẽ đó, mặt cậu bé sa sầm xuống, cậu tìm một chỗ ngồi lỳ cho đến hết buổi liên hoan. Bà mẹ thấy con tự ái cũng phật ý luôn. Thế là chẳng còn ngày sinh nhật nữa.

Trước câu nói "Không phải thế" của cha mẹ nói chung, con trẻ phản ứng mỗi đứa theo một cách: đứa thì buồn rầu, lúng túng, đứa thì tự ái, đứa thì cãi lại: "Nếu tồi thì con không làm nữa!". Phản ứng xem ra không giống nhau, nhưng tất cả con trẻ đều cho thấy một điều – chúng không thích thái độ xử sự như vậy. Vì sao?

Để hiểu vì sao, chúng ta hãy nhớ lại mình khi còn là đứa trẻ.

Chính chúng ta đã phải mất bao nhiêu thời gian mới viết được một chữ cái, mới quét nhà thật sạch hoặc đóng một chiếc đinh đúng vị trí? Bây giờ chúng ta thấy các công việc đó thật đơn giản. Vậy tức là khi chúng ta gán cho việc đó "thật đơn giản" nhưng với đứa trẻ là khó, chúng ta đã xử sự không công bằng. Con trẻ có quyền tự ái!

Chúng ta hãy quan sát đứa bé lên một tập đi. Bé bứt ra khỏi bàn tay mẹ và chập chững những bước đầu tiên trong đời. Khó nhọc lắm bé mới giữ được thăng bằng, người bé đu đưa, hai cánh tay bé xinh chới với. Nhưng bé thích lắm và rất hãnh diện! Hiếm phụ huynh nào lại có ý nghĩ dạy bảo bé: "Ai lại đi thế? Nhìn đây con, phải thế này này!" hoặc: "Sao lại lắc la lắc lư thế! Mẹ đã nói bao lần rồi là đừng có vẫy tay như vậy! Nào bước lại đi, bước đúng vào!".

Khôi hài ư? Vô lý ư? Xét trên quan điểm tâm lý học, bất kể lời phê phán nào đối với một người (con trẻ hoặc người lớn cũng vậy) đang tập làm một việc gì đó thật vô lý.

Tôi thấy trước sẽ có câu hỏi: dạy bảo thế nào nếu không chỉ ra sai sót?

Đúng, biết sai sót là có lợi và thường là cần thiết, nhưng việc chỉ ra sai sót cần đặc biệt cẩn thận. Thứ nhất, không phải sai sót nào cũng nêu ra; thứ hai, tốt nhất nên nói về sai sót khi bình tĩnh mới nói chuyện chứ không được nói vào lúc đứa trẻ đang mải mê công việc và cuối cùng, mọi nhận xét bao giờ cũng phải trên nền khen ngợi nói chung.

Và chúng ta cũng nên học hỏi nghệ thuật này ở chính con trẻ. Chúng ta tự hỏi mình: liệu có bao giờ đứa trẻ biết nó làm sai không? Biết đấy. Cũng như đứa bé một tuổi tự cảm nhận những bước đi chập chững của mình. Thế bé có thái độ thế nào trước những sai sót đó? Hóa ra dễ dung thứ hơn người lớn. Vì sao? Vì bé bằng lòng rằng mình đã làm được một việc, đó là bé đã "đi được" cho dù chưa vững. Hơn nữa, bé đoán: ngày mai sẽ vững vàng hơn! Phụ huynh chúng ta lại muốn bằng cách nhận xét để nhanh chóng nhận kết quả tốt hơn. Nhưng thường là ngược lại hoàn toàn.

Có lần cha của chú bé lên chín đã thú nhận:

"Tôi đã quá xét nét với các thiếu sót của cháu, làm cháu mất hết hứng thú học tập cái mới. Trước đây hai cha con tôi đều mê trò lắp ráp mô hình. Giờ thì cháu làm một mình, lắp rất tuyệt. Nhưng sa lầy, chỉ mô hình và mô hình, không muốn bắt tay vào việc gì khác. Cháu bảo: con không, không thể, con không làm được – và tôi cảm thấy đó là vì tôi đã luôn miệng phê phán cháu."

Tôi hy vọng giờ thì bạn sẵn sàng chấp nhận một nguyên tắc và tuân theo trong những tình huống đứa trẻ đang mải mê làm một việc gì đó. Đây cũng là nguyên tắc đầu tiên chúng ta cần ghi nhớ.

Nguyên tắc 1

Đừng can thiệp vào công việc trẻ đang làm nếu nó không nhờ giúp đỡ. Việc bạn không nhúng tay vào sẽ là thông báo cho nó biết: "Mọi việc ổn cả. Con tất sẽ làm được."

Bốn kết quả của học hỏi

Con bạn đang học điều gì đó. Kết quả chung sẽ bao gồm vài kết quả riêng lẻ. Chúng tôi xin nêu bốn trong số đó.

Kết quả thứ nhất: rõ ràng đó là kiến thức hay kỹ năng mà con trẻ thu nhận được.

Kết quả thứ hai – ít rõ hơn: luyện tập năng lực học tập nói chung, tức dạy chính mình.

Kết quả thứ ba – dấu ấn cảm xúc mà công việc đã đem lại: hài lòng hay thất vọng, tin tưởng hoặc thiếu niềm tin vào sức lực của bản thân.

Cuối cùng là kết quả thứ tư: dấu ấn của mối quan hệ tương hỗ giữa bạn và con bạn nếu bạn đã cùng tham gia với con. Ở đây kết quả thu được hoặc tốt (hai bên hài lòng về nhau) hoặc không tốt (thêm phần khó chịu nhau).

Xin bạn hãy nhớ: nguy cơ là phụ huynh chỉ hướng vào kết quả thứ nhất (Con thuộc chưa? Con biết cách làm rồi chứ?). Nhất quyết không được quên ba kết quả cuối. Chúng quan trọng hơn đấy!

Nếu con bạn tư duy kỳ quặc, nặn con chó giống con thằn lằn, viết chữ nguệch ngoạc hoặc kể chuyện thiếu mạch lạc về một cuốn phim nhưng say sưa, chăm chú thì bạn đừng phê phán, đừng bắt bẻ. Một khi bạn tỏ ra hứng thú với việc làm của con, bạn sẽ thấy rằng sự tôn trọng và chấp nhận từ hai phía tăng lên, điều mà cả bạn lẫn con trẻ đều cần biết chừng nào.

Bài tập

Bài tập thứ nhất

Bạn hãy hình dung số công việc (có thể ghi vào sổ) mà con bạn về nguyên tắc có thể tự làm được cho dù không phải lúc nào cũng hoàn hảo.

Bài tập thứ hai

Khởi đầu, bạn hãy chọn vài việc trong số đó để con làm và cố gắng không can thiệp. Kết thúc, bạn hãy khen ngợi con đã cố gắng bất luận kết quả việc làm như thế nào.

Bài tập thứ ba

Bạn hãy nhớ hai, ba lỗi của con mà bạn thấy bực mình nhất. Chọn thời điểm bình tĩnh và nói giọng thích hợp để trao đổi với con về những sai sót đó.

Bài học thứ ba

Cùng làm nào!

Trong bài học trước, chúng tôi đã nói về tầm quan trọng của việc để con trẻ yên khi nó muốn tự làm lấy và say sưa với công việc đó (Nguyên tắc 1).

Nhưng nếu đứa bé gặp khó khăn thật sự, không tự làm lấy được lại là chuyện khác. Giữ thái độ không can thiệp lúc này là không được, có thể có hại là đằng khác.

Cha chú bé mười một tuổi kể rằng: *“Nhân ngày sinh nhật của Misa, chúng tôi tặng cháu bộ đồ chơi lắp ráp. Cháu mừng lắm, lấy ra xếp ngay. Hôm đó là ngày Chủ nhật, tôi đang chơi với cô con gái thứ hai, em của Misa. Năm phút sau tôi nghe thấy: “Bố ơi, chẳng ra hình gì cả, bố giúp con với”. Tôi đáp: “Con bé lắm sao? Tự mày mò lấy”. Misa tiu nghỉu và bỏ không xếp nữa. Từ đó cháu không bao giờ đoái hoài đến bộ đồ chơi đó nữa”.*

Vì sao các bậc cha mẹ hay có kiểu trả lời như cha cháu Misa? Nhiều trường hợp xuất phát từ động cơ tốt: dạy con mình đức tính tự lập, không sợ khó khăn.

Tuy nhiên vẫn còn những nguyên do khác: bố mẹ không có thì giờ, không thích hoặc chính họ không biết làm thế nào. Tất cả “các lập luận sư phạm” và “những lý do chính đáng” đó lại là những trở ngại chủ yếu trên bước đường thực hiện **Nguyên tắc 2** của chúng tôi. Trước tiên chúng tôi ghi nguyên tắc chung, sau đó mới đi vào giải thích cụ thể.

Nếu con trẻ đang trong tình huống khó khăn và mong muốn nhận được sự giúp đỡ của bạn, bạn nhất thiết phải giúp nó.

“Nào, chúng ta cùng làm” – câu nói mở đầu này thật tuyệt diệu, nó mở ra cho đứa trẻ cánh cửa đi vào những kỹ năng mới, tri thức và sở thích mới.

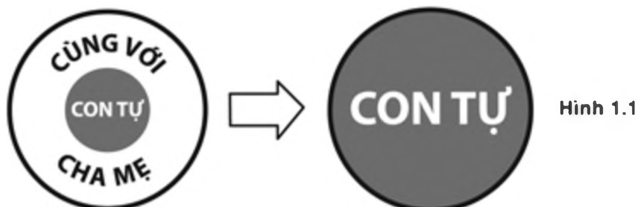
Thoạt đầu có thể có cảm tưởng các Nguyên tắc 1 và 2 mâu thuẫn nhau. Song đấy chỉ là cảm giác. Đơn giản là chúng được áp dụng cho các tình huống khác nhau. Trong các tình huống áp dụng Nguyên tắc 1, đứa trẻ không yêu cầu được giúp đỡ, thậm chí còn phản đối. Nguyên tắc 2 áp dụng trong trường hợp nếu đứa trẻ trực tiếp yêu cầu giúp đỡ hoặc phàn nàn “không làm được”, “chẳng ra cái gì cả”, rằng nó “không biết phải làm thế nào” hoặc sau những thất bại đầu tiên, nó thôi không làm nữa. Dù biểu hiện thế nào thì đó cũng là tín hiệu trẻ **cần được giúp đỡ.**

Nguyên tắc 2 của chúng tôi không đơn giản chỉ là lời khuyên tốt lành. Nguyên tắc này dựa trên quy luật tâm lý do nhà tâm lý học lỗi lạc L. X. Vưgốtki khám phá ra. Quy luật này có tên là **“khu vực phát triển gần nhất của con trẻ”**. Tôi khẳng định rằng bậc cha mẹ

nào cũng phải biết quy luật này. Tôi xin trình bày vắn tắt.

Được biết mỗi lứa tuổi có một phạm vi giới hạn những việc mà đứa trẻ tự làm được. Những công việc ngoài phạm vi đó, đứa trẻ chỉ có thể làm được với sự giúp đỡ của người lớn hoặc nói chung vượt quá khả năng của con trẻ.

Ví dụ, đứa trẻ trước tuổi đi học có thể tự mình cài cúc áo, rửa tay, thu dọn đồ chơi, song bé không thể sắp xếp tốt công việc cho một ngày. Do vậy, cha mẹ thường phải nhắc nhở trẻ: "Đến giờ rồi, con", "Giờ chúng ta sẽ...", "Trước hết ăn xong rồi mới...".





Sơ đồ đơn giản trên gồm hai vòng tròn lồng vào nhau. Vòng tròn nhỏ biểu thị những việc mà đứa trẻ tự làm lấy được, vòng tròn to là những bài tập ngoài khả năng của trẻ, cả khi làm một mình lẫn có người lớn cùng làm, khu vực giao giữa hai vòng tròn là những việc mà con trẻ chỉ có thể làm được cùng người lớn.

Giờ thì có thể giải thích L. X. Vưgốtki đã khám phá ra điều gì. Ông cho thấy cùng với sự phát triển của đứa trẻ, vòng tròn những công việc nó bắt đầu tự mình làm được to ra bởi những công việc trước đây nó đã làm cùng với người lớn chứ không phải những việc nằm ngoài vòng tròn của chúng ta. Nói cách khác, **ngày mai con trẻ sẽ tự làm được công việc mà hôm nay nó làm cùng với cha mẹ,** và chính nhờ vào việc đã làm "cùng với cha mẹ". Khu vực cùng làm – đó là vốn quý giá, là tiềm lực cho tương lai sắp tới. Vì thế nó mới được gọi là khu vực phát triển sắp tới. Chúng ta hình dung khu vực đó của một trẻ này rộng (hình 1.1) tức cha mẹ cùng làm với bé nhiều, còn của đứa trẻ khác lại hẹp (hình 1.2) vì cha mẹ thường để bé tự làm một mình. Đứa trẻ thứ nhất sẽ phát triển nhanh hơn, tự tin hơn, thành đạt hơn.

Giờ tôi hy vọng bạn hiểu hơn vì sao suy nghĩ để con trẻ tự xử lý khó khăn là sai lầm trầm trọng. Làm vậy là không tuân theo quy luật phát triển tâm lý cơ bản!

Cần nói rằng trẻ em cảm thấy và biết rõ chúng cần gì lúc này. Chúng rất hay nói: "Mẹ chơi cùng con nhé", "Chúng ta chơi đi", "Bố con mình làm cái này đi", "Cho con đi với", "Con có thể cùng...". Và nếu bạn không có lý do chính đáng để từ chối hoặc trì hoãn thì xin chỉ có một câu trả lời mà thôi: "Ừ!".

Nhưng nếu cha mẹ thường xuyên khước từ thì sao? Để minh họa, xin dẫn cuộc đối thoại trong phòng tư vấn tâm lý.

Người mẹ: *Con tôi kỳ lạ thế nào ấy, có lẽ không bình thường. Gần đây thôi, vợ chồng tôi đang ngồi trong bếp trò chuyện thì thấy nó mở cửa vào, tay cầm cái gậy tiến thẳng tới chỗ chúng tôi và cứ thế quật lia lịa!*

Nhà tư vấn: *Thế thời gian ông bà dành cho cháu nhiều không?*

Người mẹ: *Cho nó ư? Không, tôi chẳng có thì giờ. Về tới nhà là xoay như chong chóng. Còn cháu cứ bám theo: "Chơi với con đi mẹ." Tôi bảo với nó: "Đủ rồi nhé, đi mà tự chơi lấy, sao, con còn thiếu đồ chơi à?".*

Nhà tư vấn: *Thế còn chồng bà, ông ấy có chơi với con không?*

Người mẹ: *Làm gì có chuyện đó! Đi làm về là anh ấy ngồi xem tivi...*

Nhà tư vấn: *Thế cậu con trai bà có đến chỗ bố nó không?*

Người mẹ: *Tất nhiên là đến rồi, nhưng chồng tôi đuổi nó: "Con không thấy là bố mệt à, đến chỗ mẹ ấy!"*

Vậy có gì mà quá ngạc nhiên khi đứa trẻ từ thất vọng đã chuyển sang "tác động bằng vũ lực"? Hành vi hung hăng của nó là phản ứng trước cung cách giao tiếp (chính xác là không giao tiếp) bất bình thường của phụ huynh đối với nó. Kiểu xử sự như vậy không những không giúp đứa trẻ phát triển mà nhiều khi lại là nguyên nhân của những trục trặc tâm lý trầm trọng.

***

Giờ chúng ta xem xét ví dụ cụ thể ứng dụng **Nguyên tắc 2** như thế nào.

Được biết có những đứa **trẻ không thích đọc**. Cha mẹ chúng buồn phiền và tìm mọi cách tập cho đứa bé thói quen đọc sách nhưng kết quả chẳng đi đến đâu.

Có một cặp cha mẹ tôi quen biết than phiền rằng con trai của họ rất ít đọc. Cả hai người đều muốn con họ lớn lên sẽ là người có học thức và đọc nhiều. Bận rộn công việc nên họ chỉ biết mua sắm những cuốn sách "hay nhất" và đặt lên bàn học của con. Rồi nhắc nhở, thậm chí yêu cầu con đọc. Nhưng thằng bé thờ ơ với những cuốn tiểu thuyết viễn tưởng và bỏ ra ngoài đường đá bóng với lũ bạn.

Có một phương pháp đúng đắn hơn mà các bậc cha mẹ đã phát hiện và thường xuyên vẫn tưởng mới khám phá ra: **đọc sách cùng con trẻ.** Trong nhiều gia đình, những đứa trẻ chưa biết đánh vần vẫn được người lớn đọc cho nghe. Một số phụ huynh vẫn tiếp tục làm như vậy khi con mình đã đi học. Tôi xin nói ngay, với câu hỏi: "Cần đọc bao lâu nữa khi đứa bé đã biết cách đánh vần?", không thể có câu trả lời dứt khoát. Bởi lẽ tốc độ tự động hóa đọc của con trẻ không giống nhau (điều này liên quan tới đặc điểm riêng biệt của đại

não). Do vậy, trong giai đoạn khó khăn khi trẻ mới tập đọc chữ, cần giúp con trẻ có niềm say mê với nội dung cuốn sách.

Trong một khóa học của phụ huynh, một bà mẹ đã chia sẻ cùng mọi người câu chuyện bà đã làm thế nào để cậu con trai chín tuổi của bà thích thú đọc sách.

"Vôva không thích sách lắm, cháu đọc chậm, ngại đọc. Mà chính vì ít đọc nên cháu không tập đọc nhanh được. Tình hình có vẻ như bế tắc. Làm gì bây giờ? Tôi quyết định gây sự thích thú của cháu. Tôi chọn những cuốn sách hay và đọc cho cháu nghe trước giấc ngủ ban đêm. Cháu lên giường và nằm chờ tôi làm xong việc nhà. Chúng tôi đọc – và cả hai mẹ con say sưa lúc nào không hay. Đã đến lúc tắt đèn đi ngủ mà cháu vẫn nói: "Nào mẹ, con xin mẹ, chỉ một trang nữa thôi mà!" Mà chính tôi cũng thấy thích... Vậy là hai mẹ con thỏa thuận: chỉ năm phút nữa thôi. Dĩ nhiên cháu nóng ruột chờ tới hôm sau. Thỉnh thoảng không đủ kiên trì, cháu tự đọc lấy đến hết câu chuyện, nhất là khi không còn dài nữa. Và thế là không phải tôi bảo cháu mà cháu bảo tôi: "Mẹ nhất định phải đọc đấy!". Tất nhiên tôi cố thu xếp đọc hết truyện để tối đến hai mẹ con cùng đọc câu chuyện khác. Cứ thế dần dần cháu tự cầm sách đọc và giờ thì không phải lúc nào cũng dễ dàng tách cháu ra khỏi quyển sách."

Câu chuyện trên là minh họa tuyệt vời cho một bậc phụ huynh đã tạo điều kiện cho con phát triển. Câu chuyện còn chứng minh rằng: khi cha mẹ xử sự theo phương pháp đã nói ở trên thì họ dễ dàng duy trì mối quan hệ thân thiện với con cái.

Vậy là chúng ta đã có thể ghi đầy đủ **Nguyên tắc 2:**

Nguyên tắc 2

Nếu trẻ gặp khó khăn và mong muốn nhận được sự giúp đỡ của bạn thì nhất thiết bạn phải giúp.

Khi giúp:

- Chỉ nhận về mình phần việc mà con trẻ không tự làm được, còn lại cứ để mặc trẻ.

- Dần dần, khi trẻ đã nắm được những thao tác mới, hãy chuyển giao công việc cho trẻ.

Như bạn thấy, đến đây Nguyên tắc 2 đã giải thích rõ giúp đỡ con trẻ cũng **khó thế nào.** Ví dụ sau đây sẽ làm rõ những điểm phụ của nguyên tắc đó.

***

Có lẽ nhiều người trong số các bạn đã từng tập xe đạp cho con mình. Thường thì bắt đầu bằng việc đứa trẻ ngồi lên yên, mất thăng bằng và nguy cơ ngã cả người lẫn xe. Một tay bạn giữ ghi đông, tay kia giữ yên để xe ở vị trí cân bằng. Ở giai đoạn này, gần như bạn làm hết: bạn giữ xe còn đứa bé cố quay bàn đạp, vụng về và căng thẳng. Nhưng rồi sau đó bạn phát hiện bé tự điều chỉnh ghi đông và bạn cũng nới lỏng tay mình.

Sau đó một chút, bạn đã có thể thôi không cầm ghi đông nữa, chạy theo sau và chỉ khẽ đỡ yên xe. Cuối cùng, bạn cảm thấy đã có thể buông tay khỏi yên xe để bé tự đạp vài mét, nhưng vẫn ở tư thế sẵn sàng đỡ bé bất kỳ lúc nào. Sau đó là lúc bé tự đi xe đạp một cách vững vàng.

Nếu chịu khó quan sát bất cứ việc gì con trẻ làm với sự giúp đỡ của bạn, bạn sẽ thấy nhiều trường hợp như vậy. Thường con trẻ rất hăng hái, chúng luôn muốn **nhận về mình** phần việc mà bạn làm giúp.

Khi cùng con trai chơi tàu hỏa chạy điện, đầu tiên người bố xếp đường ray và cắm điện, đến lần sau, đứa con tự làm lấy hết mà lại còn xếp đường ray theo cách riêng của mình.

Nếu trước đây người mẹ có miếng bột mì đã nhào đưa cho con gái để bé làm "chiếc bánh bé" của mình thì giờ cô bé muốn tự nhào trộn và pha chế lấy.

Xu hướng muốn chiếm lĩnh "lãnh thổ mới" trong công việc rất quan trọng và cần giữ gìn như thể con ngươi của mắt.

*

Có lẽ chúng ta đã tới sát điểm tế nhị nhất: làm thế nào để giữ được **tính hăng hái tự nhiên** của con trẻ? Làm thế nào để tính cách nó không tắc nghẽn, không tàn lụi?

Chuyện đó xảy ra như thế nào?

Trong một lần thăm dò dư luận, các em thiếu niên được hỏi: các em có làm việc nhà không? Phần lớn học sinh các lớp từ bốn đến sáu trả lời không. Khi trả lời như vậy, các em đã bày tỏ thái độ không bằng lòng của mình vì cha mẹ không cho chúng làm nhiều việc như nấu nướng, giặt là, đi mua sắm. Số các em lớp 7, lớp 8 không làm việc nhà cũng tương tự, nhưng số các em không hài lòng **ít hơn gấp vài lần!**

Kết quả cho thấy tính hăng hái của con trẻ, ý muốn nhận làm các công việc của chúng lụi dần nếu người lớn không khuyến khích, thúc đẩy. Những lời trách móc sau này nhằm vào con trẻ như "lười", "vô ý thức", "ích kỷ" muộn màng bao nhiêu thì cũng vô nghĩa bấy nhiêu. Nhiều khi chính các bậc phụ huynh chúng ta đã tạo ra cái thói "lười biếng", "vô ý thức", "ích kỷ" đó mà không nhận ra.

Trong vấn đề này có thể xảy ra khả năng nguy hại.

Khả năng thứ nhất – **chuyển** phần việc của mình sang đứa trẻ **quá sớm**. Trong ví dụ tập xe đạp, năm phút sau người lớn đã không phải giữ ghi đông và yên nữa. Nhưng cũng có thể có chuyện ngã xe khiến sau đó đứa bé không muốn tập xe nữa.

Khả năng thứ hai – ngược lại, **sự tham dự của phụ huynh kéo dài đến chán ngấy.** Và ví dụ của chúng tôi lại giúp nhận rõ sai lầm đó.

Bạn thử tưởng tượng thế này: Cha (mẹ) tay giữ ghi đông và yên chạy bên cạnh đứa bé ngày thứ nhất, thứ hai, thứ ba, cả tuần... Liệu bé có thể tự đạp được không? Chắc gì. Nhiều khả năng đứa bé sẽ chán cái trò vô nghĩa đó. Còn sự có mặt của người lớn thì tất nhiên là chán rồi!

Trong các bài học tiếp theo, chúng tôi sẽ còn nhiều lần quay lại với những khó khăn mà phụ huynh và con trẻ gặp phải, trong những công việc hàng ngày. Còn giờ, đã đến lúc chuyển sang phần bài tập.

Bài tập

Bài tập thứ nhất

Bạn hãy chọn một công việc mà con bạn làm chưa tốt. Bạn bảo con: "Chúng ta cùng làm nhé!". Bạn xem con có phản ứng thế nào; nếu con tỏ ra sẵn sàng thì bạn hãy cùng con vào việc. Hãy để ý lúc này có thể nới lỏng sự tham gia của bạn ("thả ghi đông"), nhưng không được sớm quá hoặc đột ngột. Nhất thiết phải nêu lên những thành công tự lập đầu tiên dù nhỏ thôi của con trẻ; hãy chúc mừng con (đồng thời cả chính mình!).

Bài tập thứ hai

Bạn hãy chọn đôi ba việc mà bạn muốn con mình tự làm lấy. Hãy lặp lại quá trình đó. Hãy chúc mừng con và mình vì đã đạt được kết quả.

Bài tập thứ ba

Trong ngày nhất thiết phải chơi đùa, tán gẫu, chuyện trò tâm tình với con để thời gian mà đứa trẻ có bạn bên cạnh nhuốm màu sắc tích cực.

Hỏi: *Liệu tôi có làm hư con vì việc gì cũng làm cùng với cháu không? Cháu sẽ quen mọi việc dồn sang tôi.*

Đáp: Bạn thắc mắc có lý, vấn đề này tùy thuộc ở bạn, bạn đã làm bao nhiêu phần việc của con mình và trong bao lâu.

Hỏi: Làm thế nào nếu tôi không có thì giờ dành cho con?

Đáp: Theo như tôi hiểu, bạn có những "công việc quan trọng hơn". Ở đây cần nhận thức rằng trình tự quan trọng là do bạn tự chọn. Có một sự thật có thể giúp bạn trong việc chọn lựa: sửa chữa những thiếu sót trong giáo dục con trẻ sẽ cần thời gian và sức lực nhiều hơn gấp mười lần.

Hỏi: Còn nếu đứa trẻ không tự làm mà cũng không tiếp nhận sự giúp đỡ của tôi thì sao?

Đáp: Hình như bạn đã gặp phải những vấn đề thuộc quan hệ tương hỗ. Vấn đề này chúng tôi sẽ nói chuyện trong bài học tiếp theo.

Bài học thứ tư

Còn nếu trẻ không thích?

Trước hết chúng tôi xin nói về **những khó khăn và xung đột của mối quan hệ tương hỗ** và làm thế nào để tránh.

Xin bắt đầu từ vấn đề mà người lớn thấy bế tắc: đứa trẻ dứt khoát **không làm** nhiều việc mà chúng đã thành thạo: thu dọn đồ chơi xếp vào chỗ, trải giường hoặc xếp sách vở vào cặp từ tối hôm trước.

"Làm gì trong những trường hợp như vậy? – phụ huynh hỏi – Cùng làm với con sao?"

Có thể không mà cũng có thể có. Vấn đề còn tùy thuộc vào **nguyên nhân "không vâng lời"** của con bạn. Có thể bạn chưa cùng con trẻ đi hết đoạn đường cần đi. Bạn cảm thấy đứa trẻ một mình dọn dẹp đồ chơi dễ như không. Có lẽ nếu nó đề nghị "cùng làm đi" thì cũng không phải vô cớ: có thể con trẻ **vẫn khó tự tổ chức** mà cũng có thể nó cần sự tham dự của bạn, sự hỗ trợ về tinh thần, đơn giản thế thôi.

Chúng ta cùng nhớ lại: ngay cả lúc tập đi xe đạp, cũng có một giai đoạn khi bạn thôi không giữ yên nữa, nhưng vẫn chạy bên cạnh. Và điều đó tiếp sức cho con bạn!

Nhưng thường thì thái độ trây ì, từ chối xuất phát từ những trải nghiệm tiêu cực. Đó có thể là vấn đề của chính đứa trẻ, nhưng thường thì nó xuất hiện giữa bạn và con bạn, trong mối quan hệ qua lại giữa cha mẹ và con cái.

Trong một lần chuyện trò với chuyên gia tâm lý, một cô bé đã thú nhận: *"Nhẽ ra cháu đã dọn bàn và rửa bát đĩa rồi, nhưng làm vậy cha mẹ sẽ nghĩ là đã thắng cháu"*.

Nếu quan hệ của bạn và đứa con đã trục trặc từ lâu thì không nên có ý nghĩ rằng chỉ cần áp dụng một biện pháp nào đó là mọi thứ đâu vào đấy ngay. Dĩ nhiên cần áp dụng nhiều biện pháp. Nhưng thiếu một giọng nói thân thiện, ấm áp thì các biện pháp cũng bằng không. Giọng nói là điều kiện chủ yếu của thành công, và nếu như sự tham gia của bạn trong các việc làm của con trẻ là vô ích, nhất là đứa bé khước từ sự giúp đỡ của bạn, bạn hãy dừng lại và lắng nghe **khi giao tiếp với con thái độ của bạn như thế nào.**

"Tôi rất muốn tập cho cháu chơi piano," – bà mẹ cô con gái tám tuổi kể. "Tôi mua đàn, thuê giáo viên về nhà dạy. Bản thân tôi cũng đã tập một thời, nhưng rồi bỏ, giờ tôi vẫn thấy tiếc. Tôi nghĩ mong sao con gái biết chơi. Ngày nào tôi cũng ngồi với con hai tiếng đồng hồ liền. Nhưng tình hình ngày một tồi tệ! Lúc đầu không làm sao bảo nó ngồi vào tập được, sau đó là "con bé giở trò". Tôi bảo một đằng nó làm một nẻo, bắt bẻ từng từ. Kết cục nó bảo

tôi thế này: “Mẹ đi đi, không có mẹ thích hơn!”. Mà tôi thừa biết chỉ cần tôi bước ra xa một bước là mọi thứ lộn tùng phèo: nào là để tay không đúng, không phải chơi ngón đấy và thế nào cũng kết thúc nhanh: Con tập xong rồi.”

Thật dễ hiểu nỗi lo lắng và những dụng ý tốt đẹp nhất của người mẹ. Hơn nữa bà đã cố xử sự một cách “am hiểu”, tức là giúp con gái trong một việc khó. Nhưng bà đã bỏ qua một điều kiện chính mà thiếu nó, mọi sự hỗ trợ sẽ có kết quả ngược lại, điều kiện chủ yếu là: **giọng nói thân thiện khi giao tiếp.**

Bạn thử hình dung tình huống sau: người bạn đến nhà để cùng bạn làm một việc gì đó, chẳng hạn sửa tivi. Anh ta ngồi vào ghế và nói với bạn: “Đưa xem sơ đồ, giờ thì cầm tuốc-nơ-vít mở thành sau ra. Vặn vít như vậy ư? Đừng ấn mạnh thế!”... Tôi nghĩ không cần tiếp tục. Kiểu “làm chung” như vậy đã được nhà văn người Anh là G. C. Giê-rôm mô tả: “Tôi không thể ngồi yên và nhìn ai đó đang làm việc. Tôi chỉ muốn cùng tham gia. Thường lúc đó tôi đứng dậy, đi đi lại lại trong căn phòng, hai tay bỏ túi và chỉ đạo cần làm gì. Cái tính hay lam hay làm của tôi nó thế đấy”.

***

Có lẽ ở chỗ nào đó, chỉ đạo là cần thiết, nhưng trong những việc cùng làm với con trẻ thì không. Chỉ cần xuất hiện những lời chỉ bảo là công việc làm chung chấm dứt ngay. Bởi lẽ cùng chung là bằng vai phải lứa, **là ngang hàng**. Không nên chiếm vị trí **trên** đứa trẻ; con trẻ rất nhạy với cái đó và trong lòng chúng phản đối kịch liệt. Vì thế mới có chuyện chúng cưỡng lại “việc làm cần thiết”, không đồng ý với “điều hiển nhiên”, cãi lại “điều không thể chối cãi được”.

Giữ vị trí ngang hàng không phải chuyện dễ, đôi khi đòi hỏi sự tâm lý, óc sáng tạo và kinh nghiệm đời thường. Xin dẫn kinh nghiệm của một bà mẹ làm ví dụ:

Pêchia là cậu bé còi cọc, không thích thể thao. Cha mẹ khuyên cậu tập thể dục, mua cho xà đơn đặt ngay trước cửa ra vào. Bố cậu làm mẫu, dạy cậu cách đu người lên như thế nào. Nhưng chẳng cải thiện được tình hình – cậu vẫn không quan tâm tới thể thao. Thế là mẹ cậu bảo, hai mẹ con thi đua. Bà treo lên tường mảnh giấy có hai cột: Mẹ, Pêchia. Hàng ngày hai mẹ con đánh dấu ở phần cột của mình số lần đu lên, ngồi xổm, giơ hai chân theo đường thẳng đứng. Không cần thiết làm nhiều kỹ thuật một lúc và hơn nữa, như sau này đã thấy, cả mẹ lẫn Pêchia không thể làm được. Pêchia bắt đầu chăm chú theo dõi để mẹ không vượt được mình. Thành thử mẹ cũng phải gắng sức để không thua con. Cuộc thi đua tiếp diễn hai tháng. Kết quả là vấn đề sát hạch môn thể dục được giải quyết tốt đẹp.

Xin kể về một phương pháp rất quý giúp con trẻ và cả chính bạn thoát khỏi “những lời chỉ đạo”. Phương pháp này liên quan tới một phát hiện nữa của Vưgốtki và đã được các nhà khảo sát khoa học và thực nghiệm xác nhận.

Vưgốtki nhận thấy đứa trẻ sẽ học được cách tự tổ chức công việc của mình nhanh hơn và nhẹ nhàng hơn nếu trong một giai đoạn nhất định, nó sử dụng các phương tiện bên ngoài. Đấy có thể là tranh ảnh để ghi nhớ, bảng liệt kê công việc, ghi chép, sơ đồ hoặc bản quy chế viết tay.

Xin lưu ý, những phương tiện đó thay thế chứ không còn là những lời của người lớn nữa. Đứa trẻ có thể tự sử dụng chúng, và như vậy là nó đã ở nửa đoạn đường tiến tới tự làm lấy.

Xin dẫn một ví dụ nhờ phương tiện bên ngoài như vậy mà một gia đình đã bãi bỏ hay đúng hơn là chuyển "các chức năng chỉ đạo" của cha mẹ sang đứa con.

Anđrây đã lên sáu. Theo yêu cầu hợp lý của cha mẹ, cháu đã phải biết tự mặc quần áo ấm trước khi ra ngoài chơi. Đang là mùa đông, phải mặc thêm nhiều quần áo. Cậu bé lừng khừng: lúc thì đi mỗi tất ngắn rồi lại thừ ra không biết làm gì tiếp; khi thì mặc áo lông, đội mũ và cứ thế đi ra ngoài trong khi chân vẫn đi dép trong nhà. Cha mẹ quy cho cậu là lười nhác, lơ đãng, rồi chê trách và thúc giục cậu. Tóm lại xung đột diễn ra ngày nọ qua ngày kia. Nhưng sau khi được chuyên gia tâm lý tư vấn, tình hình đã thay đổi. Cha mẹ lên danh sách những thứ phải mặc, phải đi, phải đội. Danh sách này khá dài, có những chín mục. Cậu bé đã biết đánh vần, nhưng bên cạnh từ chỉ đồ vật, cha mẹ cùng cậu vẽ hình tương ứng. Rồi treo danh sách có minh họa ấy lên tường.

Trong gia đình yên ổn, không còn xung đột, còn đứa bé thì rất "bận". Cậu làm những gì? Cậu lần lần ngón tay trên danh sách tìm vật mình cần, chạy đi lấy đồ, mặc vào rồi lại quay tìm trên danh sách đồ vật tiếp theo và cứ như vậy.

Bạn dễ đoán ra: không lâu sau, cậu bé đã thuộc lòng bảng liệt kê đó. Cậu chuẩn bị đi chơi cũng nhanh và tự làm lấy hệt như cha mẹ sửa soạn đi làm. Một điều tuyệt vời là mọi việc diễn ra không hề có sự căng thẳng thần kinh cả về phía đứa con lẫn phía cha mẹ.

Phương tiện bên ngoài

Dưới đây là những mẩu chuyện và kinh nghiệm mà các phụ huynh chia sẻ.

Mẹ của hai đứa trẻ chưa đi học (bốn và năm tuổi rưỡi) sau khi biết về ích lợi của phương tiện bên ngoài đã quyết định thử xem sao. Bà cùng với hai con vẽ một danh sách những việc cần làm vào buổi sáng. Các bức tranh được treo trong phòng của các con, trong nhà tắm và phòng bếp. Và cách xử sự của hai đứa trẻ thay đổi ngoài sự mong chờ. Trước đó sáng nào cũng toàn là những lời nhắc nhở của cha mẹ: "Con nhớ dọn giường", "Các con đi đánh răng rửa mặt đi", "Đến giờ ngồi vào bàn ăn sáng rồi", "Ăn xong nhớ dọn bát đĩa"... Còn bây giờ, hai đứa trẻ đua nhau làm theo danh sách. "Trò chơi" này diễn ra hai tháng, sau đó hai bé tự vẽ lấy những công việc khác.

Ví dụ khác:

Tôi phải đi công tác hai tuần và ở nhà chỉ còn cậu con trai Misa mười ba tuổi của tôi. Ngoài các mối lo khác, tôi còn lo mấy chậu hoa: chúng phải được tưới nước đều đặn mà Misa lại hoàn toàn không quen làm việc này; đã mấy lần tôi buồn khổ vì hoa chết héo. Tôi nghĩ ra một sáng kiến: tôi lấy tờ giấy trắng cuốn xung quanh chậu và ghi lên đó mấy dòng chữ to tướng: "Misa thân mến ơi, hãy tưới mát tôi với. Cám ơn!". Kết quả thật tuyệt vời: giữa Misa và hoa có mối quan hệ tốt lành.

Ở gian ngoài nhà một người bạn của chúng tôi có treo một tấm bảng, hàng ngày thành viên nào của gia đình (mẹ, bố và hai con đã đi học) đều có thể gắn lên đó những tờ thông báo. Trên đó có cả những lời nhắc nhở và yêu cầu, một tin ngắn gọn, mấy lời bày tỏ sự không hài lòng về ai đó hoặc việc gì đó, lời cảm ơn. Tấm bảng đã thực sự trở thành trung tâm giao lưu của gia đình và thậm chí là phương tiện giải quyết những khó khăn, mắc mớ.

Chúng ta hãy xem xét trường hợp thường là nguyên nhân của nhiều va chạm khi cha mẹ định hợp tác với con cái. Nhiều khi phụ huynh sẵn sàng dạy bảo bao lâu cũng được và cũng chú ý giữ mình khi nói – không nổi cáu, không phê phán, nhưng vẫn không cải thiện được tình hình. Chuyện này thường xảy ra với những bậc phụ huynh quan tâm quá mức đến con, họ muốn ở con mình nhiều hơn là bản thân chúng muốn.

Tôi vẫn nhớ một chuyện. Lúc đó ở Cápcadơ đang là mùa đông, học sinh đang nghỉ đông. Trên sườn núi, người lớn và trẻ em đang trượt tuyết. Đứng ở giữa núi có một nhóm người gồm bố, mẹ và cô con gái chín tuổi của họ. Cô bé đứng trên đôi thanh gỗ trượt tuyết mới của trẻ con (thời đó là của hiếm), mặc bộ quần áo trượt tuyết mới tuyệt vời. Ba người đang tranh luận gì đó. Lại gần, vô tình tôi nghe thấy câu chuyện như sau:

- Tôma cưng – người bố nói – con quay một vòng xem nào!

- Con không quay – Tôma đỏng đảnh nhún vai.

- Nào, mẹ xin con. – Người mẹ xen vào – Chỉ cần khẽ đẩy hai thanh gỗ đi thôi mà... Nhìn kìa, bố sẽ làm mẫu cho con (người bố trượt cho con xem).

- Con đã bảo không là không! Con không thích! – Cô bé nói, mặt ngoảnh đi chỗ khác.

- Tôma, bố mẹ đã cố gắng biết bao! Đến đây để con học được cách trượt tuyết, vé thì đắt đỏ.

- Nhưng con có đòi bố mẹ đâu!

Tôi thầm nghĩ biết bao em nhỏ mơ ước có được bộ trượt tuyết như thế (vì nó không vừa túi tiền nhiều phụ huynh), mơ ước có dịp tới vùng núi rộng lớn có cáp treo, có huấn luyện viên kèm cặp trong khi tập trượt. Còn cô bé trong bộ quần áo đẹp này có tất cả. Nhưng như con chim trong chiếc lồng vàng, cô bé không muốn gì cả. Mà cũng khó thích khi mà bố và mẹ đã “đón đầu” mọi điều mong muốn của bé!

Chuyện học hành của con trẻ nhiều khi cũng giống như vậy.

Cha của cô bé Ôlia mười lăm tuổi đến phòng tư vấn tâm lý.

Con gái tôi chẳng chịu làm việc nhà; chúng tôi không thể bảo cháu đi mua hàng được,

bát đĩa ăn xong bỏ đấy không rửa, quần áo của bản thân ngâm hai, ba ngày mới chịu giặt. Nói chung cha mẹ sẵn sàng giải phóng Ôlia khỏi mọi việc miễn sao cháu học! Nhưng học cháu cũng không thích. Ở trường về, cháu hoặc là ngồi lì trên ghế đi văng hoặc kè kè máy điện thoại bên tai. Sức học kém đi, toàn điểm hai và ba. Cha mẹ Ôlia không hình dung nổi con gái họ sẽ lên lớp mười thế nào. Còn chuyện thi tốt nghiệp thì sợ không dám nghĩ tới. Bà mẹ làm việc cách ngày mới về. Về tới nhà là chỉ nghĩ đến chuyện học hành của Ôlia. Bố thì ở cơ quan đã gọi điện về nhà hỏi: Ôlia đã ngồi vào bàn học chưa? Bố về bố con mình sẽ cùng học bài. Trên đường về trong xe điện ngầm, người bố đã giở sách Lịch sử, Hóa học,... của Ôlia ra học. Về tới nhà là đã "trang bị đầy đủ". Nhưng chẳng dễ buộc Ôlia ngồi vào bàn học. Nhưng rồi tới mười giờ thì Ôlia làm ơn làm phúc. Cô bé đọc bài toán – bố cố giải thích để cô hiểu. Nhưng Ôlia không thích kiểu làm của bố: "Con vẫn chẳng hiểu gì cả." Hết Ôlia trách móc lại đến bố dỗ dành. Khoảng mười phút sau, mọi chuyện kết thúc: Ôlia đẩy sách ra, thỉnh thoảng lại kêu la khóc lóc. Cha mẹ nghĩ có lẽ phải thuê gia sư mới xong.

Sai lầm của cha mẹ Ôlia không phải ở chỗ họ rất muốn con gái họ học hành mà thật ra là họ thích thay thế Ôlia.

Gặp những trường hợp như vậy, tôi luôn nhớ tới câu chuyện vui sau: Trên sân ga, mọi người đang chạy vội vàng vì sợ nhỡ tàu. Tàu chuyển bánh. Nhiều người chạy đuổi theo toa cuối, nhảy lên bậc tàu, người đứng dưới sân ga ném vội đồ đạc cho họ, đoàn tàu chạy đi. Những người còn lại trên sân ga mệt mỏi ngã xuống những chiếc va li và cười rộ. "Các vị cười gì vậy?" – có người hỏi họ. – "Những người lên tàu là những người đi tiễn chúng tôi đấy chứ!".

Bạn đọc hãy đồng ý với tôi rằng những bậc phụ huynh làm bài thay con mình hoặc cùng với chúng "vào" đại học, vào trường tiếng Anh, trường Toán, trường Âm nhạc rất giống những kẻ đi tiễn vô duyên kia. Trong cơn xúc động, họ quên mất rằng người phải đi là đứa con chứ không phải họ. Và lúc đó thường là đứa con ở lại sân ga.

Chuyện như vậy đã xảy ra với Ôlia mà chúng tôi vẫn tiếp tục theo dõi ba năm sau đó. Chật vật lắm cô bé mới tốt nghiệp được phổ thông và thậm chí đã vào học trường kỹ thuật mà cô không thích, nhưng chưa hết năm thứ nhất thì cô bỏ học.

Thường thì các bậc phụ huynh muốn quá nhiều ở con mình. Bản thân họ sống cũng mệt mỏi, chẳng còn sức lực, thời gian cho những sở thích riêng, đời tư của mình nữa. Nghĩa vụ cha mẹ của họ thật nặng nề! Điều đó thật dễ hiểu: họ luôn luôn phải kéo thuyền ngược dòng!

Mà điều đó sẽ có hậu quả thế nào với con trẻ?

"Vì yêu thương" hay "vì tiền"

Khi chạm trán với thái độ con trẻ không muốn làm việc mà nó phải làm: học, đọc sách, làm việc nhà, một số phụ huynh xử sự bằng cách "mua chuộc". Họ đồng ý trả cho con tiền, đồ vật, thú giải trí nếu chúng làm những việc họ muốn.

Phương pháp đó rất nguy hiểm, chưa nói là kém hiệu quả. Thường sau đó, đòi hỏi của

đứa trẻ sẽ gia tăng – chúng đòi hỏi nhiều hơn và sớm hơn, còn cách hành xử thì không có gì thay đổi.

Vì sao vậy? Để biết nguyên nhân, chúng ta cần tìm hiểu một cơ chế tâm lý rất tinh vi mà mãi tới gần đây mới trở thành nội dung khảo cứu của các nhà tâm lý.

Trong một cuộc thử nghiệm, một nhóm sinh viên được trả tiền để giải một câu đố mà họ đang say sưa tìm tòi. Ít lâu sau, sinh viên nhóm này không tham gia chơi đều đặn bằng các bạn của họ, những người chơi không được trả tiền.

Cơ chế ở đây và cả trong nhiều trường hợp tương tự (trong các ví dụ đời thường và khảo cứu khoa học) như sau: người ta chỉ say sưa làm và làm có kết quả những việc mà họ tự chọn theo sự thôi thúc nội tại. Nếu biết rằng làm việc đó sẽ được trả tiền hoặc có phần thưởng, tính tích cực của họ sẽ giảm và tính chất của toàn bộ hoạt động sẽ thay đổi: lúc này họ bận bịu không phải với "công việc sáng tạo của mình" mà là để "kiếm tiền".

Nhiều học giả, nhà văn, nghệ sĩ biết rõ rằng làm việc "theo đơn đặt hàng", mong chờ phần thưởng có tác hại, chí ít là xa lạ đối với quá trình sáng tạo như thế nào. Phải có sức mạnh cá nhân và tài năng thiên bẩm trong những điều kiện như vậy mới xuất hiện "Khúc nguyện cầu" của Môza và những cuốn tiểu thuyết của Đôxtôiepxki.

Vấn đề trên đây gợi cho chúng ta nhiều suy nghĩ nghiêm túc, trước hết về trường học với những phần kiến thức bắt buộc phải học thuộc để sau đó trả lời lấy điểm. Liệu phương thức như vậy có hủy hoại tính ham hiểu biết tự nhiên của con trẻ, sự thích thú tìm tòi sáng tạo cái mới của chúng không?

Nhưng thôi! Chúng ta dừng ở đây với lời nhắc nhở rằng: chúng ta hãy thận trọng với những biện pháp khích lệ từ bên ngoài, kích thích vật chất con trẻ. Chúng có thể rất độc hại, phá hủy cái mô mỏng manh của tính tích cực bên trong của chính đứa trẻ.

Trước mắt tôi là mẹ con cô bé mười bốn tuổi. Mẹ là người phụ nữ năng nổ, có giọng nói to. Cô con gái lờ đờ, thờ ơ, không thích gì, không đi đâu, không chơi với ai. Được cái vâng lời, về mặt này người mẹ không có gì phải phàn nàn.

Khi chỉ có tôi và cô bé, tôi hỏi: "Nếu cháu có chiếc gậy thần thì cháu sẽ xin điều gì?" Cô bé nghĩ một lúc lâu rồi khe khẽ và rụt rè đáp: "Để cháu được tự thích những điều mà bố mẹ cháu thích."

Câu trả lời làm tôi sửng sốt: cha mẹ có thể lấy đi năng lượng của những ước muốn của con cái như vậy đó!

Nhưng đó là trường hợp hy hữu. Còn thường thì con trẻ tranh đấu để được quyền muốn và nhận cái mà chúng cần. Và nếu cha mẹ kiên trì bắt chúng làm những công việc "đúng đắn" thì chúng cũng chẳng kém nhẫn nại làm những việc "không đúng": không quan trọng việc gì, chỉ cốt sao đó là việc của chúng và thậm chí làm "ngược lại". Kết quả thật nghịch lý: với sự nỗ lực của mình, phụ huynh vô tình đẩy con trẻ khỏi những công việc nghiêm túc và trách nhiệm của con cái trước việc làm của chúng.

Mẹ của Pêchia đến gặp nhà tâm lý, con bà gặp phải một loạt những vấn đề quen thuộc: Nó không theo được lớp 9, không học bài, không thích đọc sách, chỉ chờ dịp để chuồn khỏi nhà. Bà mẹ mất ăn, mất ngủ, lo lắng: tương lai của thằng bé sẽ ra sao? Lớn lên nó sẽ thành người như thế nào? Còn Pêchia vẫn sống vui vẻ, tinh thần khoan khoái. Cậu cho rằng mọi thứ đều ổn thỏa. Những chuyện phiền toái ở trường ư? Chẳng sao, rồi sẽ đâu vào đấy thôi mà. Mà nói chung thì cuộc sống tuyệt vời, chỉ phải cái mẹ cứ hay phá đám.

Sự kết hợp tính giáo dục quá hăng hái của phụ huynh với tính non nớt của con trẻ là điển hình và hoàn toàn hợp quy luật. Vì sao vậy? Ở đây có một cơ chế đơn giản dựa trên hiệu lực của quy luật tâm lý: "Có thể lôi con ngựa xuống nước, nhưng không thể ép nó uống" – tục ngữ nói như vậy. Có thể bắt đứa bé học thuộc bài một cách máy móc, nhưng "kiến thức" đó sẽ đọng lại trong đầu nó như một gánh nặng. Tệ hơn nữa – phụ huynh càng kiên quyết bao nhiêu thì môn học cho dù con trẻ ưa thích nhất, bổ ích và cần thiết cũng sẽ bị chúng ghét bỏ bấy nhiêu.

Nhân cách và năng lực của con trẻ chỉ phát triển ở lĩnh vực mà chúng được làm theo sở thích và nguyện vọng của bản thân nó.

Vậy phải làm gì? Có cách nào để tránh tình trạng **cưỡng chế** và những **va chạm** với trẻ?

Trước hết nên quan sát xem con mình thích gì nhất. Có thể đó là chơi búp bê, ô tô, giao du với bạn bè, sưu tầm mô hình, đá bóng, nghe nhạc hiện đại... Đối với bạn một số trò đó có thể là vô bổ, thậm chí có hại. Song bạn hãy nhớ rằng: với con trẻ chúng lại **quan trọng và thú vị** và bạn nên có thái độ tôn trọng.

Thật hay nếu con cái chủ động kể cho bạn biết cái gì trong những trò đó là quan trọng và thú vị đối với chúng và lúc đó bạn sẽ có thể nhìn nhận những việc làm của con trẻ bằng chính con mắt của chúng thay cho những lời khuyên bảo và đánh giá. Hay hơn thế nữa là bạn có thể tham gia vào các công việc của con, chia sẻ niềm say mê của chúng. Trong những trường hợp như vậy, con trẻ thường rất biết ơn cha mẹ. Và sự tham gia như vậy còn có một kết quả khác: lúc sự thích thú của con bạn lên tới tột đỉnh, bạn có thể truyền đạt điều mà bạn cho là cần thiết: cả kiến thức phù trợ và kinh nghiệm sống, cả quan niệm của mình đối với các sự việc và thậm chí cả thú đọc sách báo đặc biệt nếu bắt đầu từ cuốn sách hoặc bài báo viết về vấn đề mà con bạn quan tâm.

Trong trường hợp như vậy, con thuyền của bạn sẽ trôi **xuôi dòng.**

Xin dẫn chuyện kể của một người bố làm ví dụ.

Thời gian đầu, ông khổ sở vì tiếng nhạc ầm ầm trong phòng cậu con trai, nhưng rồi ông dùng "biện pháp cuối cùng": huy động vốn tiếng Anh nghèo nàn của mình, ông đề xuất với con tìm tòi và ghi lại lời các bài hát nước ngoài. Kết quả thật tuyệt: tiếng nhạc nhỏ đi, còn

cậu con trai trở nên thích thú, gần như say mê với tiếng Anh. Sau này cậu bé tốt nghiệp đại học ngoại ngữ và trở thành nhà phiên dịch chuyên nghiệp.

Chiến lược thành công đó mà nhiều bậc phụ huynh tìm ra bằng trực cảm nhắc tôi nhớ tới phương pháp ghép cành táo giống tốt vào gốc cây táo dại. Gốc cây dại có sức sống tốt, khả năng chịu rét tốt và cành ghép được nuôi dưỡng bằng dưỡng chất của nó đã trở thành cái cây tuyệt vời. Còn cây ươm mà đem trồng thẳng xuống đất thì không sống được.

Nhiều công việc mà cha mẹ hoặc thầy giáo đề nghị trẻ làm kèm theo những yêu cầu và lời quở trách cũng vậy: không có kết quả. Nhưng nếu đem **"ghép"** với những ham thích hiện hữu của chúng thì lại tốt. Ban đầu những ham thích đó còn "thô sơ", nhưng lại có sức sống và sức lực đó có khả năng duy trì sự phát triển và đâm chồi nở hoa của "cây ghép".

Ở đây tôi thấy trước ý kiến phản bác lại của phụ huynh: không thể chỉ dựa vào sở thích; cần có kỷ luật, nghĩa vụ, trong đó có cả những nghĩa vụ chẳng thú vị chút nào! Tôi không thể không đồng ý. Về kỷ luật và nghĩa vụ, chúng ta sẽ nói chuyện tỉ mỉ hơn ở phần dưới. Còn lúc này tôi xin được nhắc rằng chúng ta đang bàn luận về những va chạm trong khi cưỡng chế, tức những trường hợp bạn phải đòi hỏi, thậm chí yêu cầu con trai hay con gái mình làm cái việc "cần làm" và chuyện đó làm cả hai bên bực mình.

*

Có lẽ bạn đã nhận thấy trong các bài học, chúng tôi đã đề xuất không chỉ những điều cần làm (hoặc không được làm) với con trẻ mà cả những điều mà bản thân chúng ta là cha mẹ nên tự rèn luyện. Nguyên tắc mà chúng ta sẽ trao đổi dưới đây chính là vấn đề tự rèn luyện mình như thế nào.

Chúng tôi đã nói tới sự cần thiết "buông ghi đông", tức là chấm dứt làm thay con trẻ những việc nó đã có khả năng tự làm lấy. Nhưng đó là nguyên tắc chuyển dần phần tham dự của bạn trong những công việc thực tế cho trẻ. Còn bây giờ chuyện cần bàn sẽ là phải làm thế nào để những việc đó **được hoàn thành.**

Câu hỏi mấu chốt là: ai phải lo việc đó? Ban đầu dĩ nhiên là phụ huynh, còn sau đó? Cha mẹ nào chẳng mơ ước con mình tự dậy kịp giờ đến trường, tự ngồi vào bàn học bài, đi ngủ đúng giờ, đi sinh hoạt ngoại khóa hoặc luyện tập thể chất không cần nhắc nhở. Song trong nhiều gia đình, công việc đó vẫn ở trên vai cha mẹ. Bạn có thấy quen cảnh sáng sáng người mẹ đánh thức cậu con trai tuổi thiếu niên, mà còn phải vật lộn với nó về chuyện đó không? Bạn có quen với những lời trách móc của cậu con trai hay cô con gái: "Sao mẹ (bố) lại không...?!" (không nấu cơm, không đơm cúc áo, không nhắc nhở)?

Nếu chuyện đó xảy ra trong gia đình bạn thì xin bạn lưu ý tới nguyên tắc dưới đây:

Nguyên tắc 3

Về phía mình bạn hãy từ từ, nhưng không ngừng giảm bớt lo toan và trách nhiệm trước những việc riêng của con cái và chuyển giao cho chúng.

Mong bạn đừng sợ những từ "giảm bớt lo toan". Giảm bớt ở đây là những lo toan vụn vặt, sự bảo trợ kéo dài. Những điều này chỉ cản trở sự trưởng thành của con trai hoặc con gái bạn mà thôi. Chuyển giao trách nhiệm cho chúng để chúng tự chịu trách nhiệm trước những việc làm, hành vi của mình và sau này là cuộc sống tương lai của chúng – là mối lo toan lớn nhất mà bạn có thể thể hiện với chúng. Mối lo toan đó thật sáng suốt. Nó làm cho con trẻ mạnh mẽ và tự tin hơn, quan hệ của bạn với chúng yên ổn và sung sướng hơn.

Nhân chuyện này xin được chia sẻ cùng bạn đọc một kỷ niệm của chính đời tôi.

Chuyện đã lâu, khi tôi vừa tốt nghiệp đại học và sinh con đầu lòng. Thời buổi lúc đó khó khăn, lương bổng ít ỏi. Tất nhiên cha mẹ tôi thu nhập nhiều hơn vì đã lao động cả đời.

Có lần cha nói với tôi: *"Cha sẵn sàng giúp con vật chất trong những trường hợp khẩn cấp, nhưng cha không muốn làm việc đó thường xuyên:* ***làm như vậy chỉ có hại cho con".***

Suốt đời tôi ghi nhớ câu nói đó và cả cảm xúc của tôi lúc đó. Tâm trạng đó có thể diễn tả thế này: *"Vâng, như vậy là công bằng. Cảm ơn cha về sự quan tâm đặc biệt đó đối với con. Con sẽ cố sống được và con nghĩ con sẽ xoay xở được."*

Bây giờ nhìn lại tôi mới hiểu rằng cha tôi đã nói với tôi một điều lớn hơn vậy: "Con đã đứng khá vững vàng trên đôi chân của mình, giờ con tự đi lấy, cha không cần cho con nữa." Niềm tin đó của cha được diễn tả bằng từ ngữ khác sau này đã giúp tôi rất nhiều trong nhiều hoàn cảnh khó khăn của cuộc đời.

Quá trình chuyển giao trách nhiệm cho đứa con để nó tự chịu trách nhiệm trước những việc làm của mình thật không đơn giản. Việc này phải bắt đầu từ những công việc nhỏ nhặt. Tuy là chuyện nhỏ, nhưng phụ huynh vẫn tỏ ra rất lo lắng. Điều này cũng dễ hiểu: sẽ phải tước đi của con trẻ thời gian thoải mái của chúng. Ý kiến phản đối đại loại như sau: "Làm sao mà tôi lại không đánh thức cháu được? Cháu thế nào cũng dậy muộn và rồi sẽ lắm chuyện phiền toái ở trường!" hoặc: "Nếu không bắt cháu làm bài cháu sẽ bị điểm kém!".

Chân lý trên có thể ghi thành nguyên tắc thứ tư.

Nguyên tắc 4

Hãy để con bạn đối mặt với những hậu quả tiêu cực của những hành vi của mình (hoặc vô công rồi nghề).

Chỉ khi đó trẻ mới trưởng thành và "có ý thức".

Nguyên tắc 4 của chúng tôi cũng nói lên điều như câu cách ngôn nổi tiếng "học từ lỗi lầm". Chúng ta phải đem hết can đảm để cho con trẻ phạm sai lầm, để chúng học được cách tự lập.

Bài tập

Bài tập thứ nhất

Bạn xem xem mẹ con bạn có va chạm trong những công việc mà theo bạn con trẻ phải tự làm lấy hay không. Bạn chọn một việc cùng làm với con. Bạn có nhận thấy nếu có bạn cùng làm, con trẻ sẽ làm việc đó tốt hơn không? Nếu đúng vậy xin bạn chuyển sang bài tập tiếp theo.

Bài tập thứ hai

Bạn hãy nghĩ xem có phương tiện nào có thể thay bạn tham dự vào việc này hoặc việc kia của trẻ. Đó có thể là đồng hồ báo thức, bản nội quy đã thảo xong hoặc bản thỏa thuận, biểu đồ hoặc cái gì đó. Trao đổi cùng con và áp dụng phương tiện phù trợ đó vào mục đích của bạn. Bạn phải chắc chắn rằng cách thức đó thích hợp với con bạn.

Bài tập thứ ba

Bạn hãy chia đôi tờ giấy trắng thành hai phần. Cột bên phải là "Cùng làm". Bạn ghi vào đó những việc con làm mà bạn thường tham gia. (Tốt nhất là khi ghi có sự tham gia và thỏa thuận của cả hai bên.) Sau đó bạn xét xem việc gì ở cột "Cùng làm" có thể chuyển sang cột "Tự làm lấy" ngay bây giờ hay một ngày gần đây. Xin bạn hãy nhớ: mỗi sự chuyển dịch đó là một bước trưởng thành quan trọng của con bạn. Nhất thiết phải ghi nhận tiến bộ đó của con trẻ.

Ví dụ về biểu đồ "Tự làm – cùng làm" do một người mẹ cùng cô con mười một tuổi lập ra.

Tự làm	Cùng với mẹ
1. Ngủ dậy và sửa soạn đến trường. 2. Quyết định lúc nào phải ngồi vào bàn học bài. 3. Đi sang đường và có thể dắt em trai và em gái qua đường; mẹ cho phép còn bố thì không. 4. Tự quyết định lúc nào phải đi tắm. 5. Lựa chọn kết bạn với ai. 6. Hâm lại thức ăn và thỉnh thoảng tự nấu lấy cho mình, cho các em ăn.	1. Thỉnh thoảng làm toán, mẹ giảng giải. 2. Quyết định khi nào có thể mời các bạn đến nhà chơi. 3. Chia nhau những đồ chơi vừa mua hoặc kẹo. 4. Thỉnh thoảng tôi hỏi mẹ tối nên làm gì. 5. Quyết định làm gì trong ngày Chủ nhật.

Xin thông báo một chi tiết: cô bé sống trong gia đình nhiều con và có thể thấy cháu đã khá độc lập. Đồng thời cũng thấy còn những việc mà cô bé vẫn cần có sự tham gia của mẹ.

Hy vọng rằng sắp tới mục 1 và 4 sẽ chuyển sang cột bên trái biểu đồ.

Các bậc phụ huynh thường hỏi:

Hỏi: *Nhưng nếu chẳng có kết quả gì mặc dù tôi đã khổ sở hết nhẽ: cháu vẫn chẳng thích gì, không chịu làm gì, chống chọi lại chúng tôi và liệu chúng có chịu mãi thế được không?*

Đáp: Về những tình huống khó xử và tâm trạng của bạn, chúng tôi sẽ còn bàn nhiều. Ở đây tôi chỉ muốn nói một điều: "Xin bạn hãy kiên nhẫn!". Nếu bạn thực sự cố ghi nhớ các Nguyên tắc và tập luyện theo các bài tập của chúng tôi, nhất định sẽ có kết quả. Nhưng không thể rõ ràng ngay được. Nhiều khi phải mất nhiều ngày, nhiều tuần lễ, đôi khi nhiều tháng trời và thậm chí một hai năm, hạt giống bạn gieo mới nảy mầm. Một số hạt phải ở lại trong đất lâu hơn. Xin bạn hãy nhớ: chỉ cần bạn không mất hy vọng và tiếp tục vun xới đất, các hạt đã bắt đầu phát triển rồi đấy.

Hỏi: Phải chăng lúc nào cũng phải giúp đỡ trẻ bằng việc làm? Theo kinh nghiệm của bản thân, tôi biết một điều quan trọng là thỉnh thoảng cũng phải có người ngồi xuống bên cạnh trẻ, nghe nó nói.

Đáp: Bạn hoàn toàn có lý! Mỗi người, hơn nữa lại là đứa trẻ, đều cần được giúp đỡ không chỉ bằng "việc làm" mà cả "lời nói" và thậm chí – sự im lặng.

Sau đây chúng ta sẽ chuyển sang phần nghệ thuật nghe con trẻ nói và hiểu.

Bài học thứ năm

Nghe trẻ nói như thế nào?

Nguyên nhân khó bảo thường ẩn giấu trong khu vực cảm xúc của con trẻ. Lúc đó những hành động thực tế – chỉ bảo, dạy dỗ, hướng dẫn không có kết quả. Trong những trường hợp như vậy, tốt hơn hết là... **nghe con trẻ nói.** Mà phải nghe kiểu khác chứ không như chúng ta vẫn thường nghe. Các nhà tâm lý đã tìm ra và mô tả rất tỉ mỉ phương pháp “nghe có công hiệu”, còn gọi cách khác là “nghe tích cực”.

Thế nào là nghe con trẻ nói một cách tích cực? Tôi xin bắt đầu từ các tình huống.

Người mẹ đang ngồi trên chiếc ghế băng trong công viên, cậu con trai ba tuổi mếu máo chạy tới: “Nó lấy mất ô tô của con rồi!”.

Cậu con trai đi học về, tức tối ném cặp sách xuống sàn nhà, nghe bố hỏi liền đáp lại: “Con không bao giờ tới đó nữa!”.

Cô con gái sửa soạn đi dạo chơi; người mẹ nhắc phải ăn mặc đủ ấm, cô bé khủng khỉnh không chịu đội “cái mũ xấu xí đó”.

Trong mọi trường hợp, khi đứa trẻ buồn phiền, tự ái, gặp chuyện không may, khi con trẻ đau đớn, xấu hổ, hoảng sợ, khi chúng bị đối xử thô bạo hoặc không công bằng, việc đầu tiên cần làm là cho bé hiểu rằng bạn biết cảm xúc (hoặc tâm trạng) của con, bạn “nghe thấy” nó.

Muốn vậy, tốt nhất bạn hãy nói: theo cảm tưởng của bạn, đứa trẻ đang có tâm trạng gì. Nên gọi “tên” cảm xúc hoặc tâm trạng đó.

Xin nhắc lại ngắn gọn việc vừa nói: Nếu con trẻ gặp vấn đề về xúc cảm thì cần nghe nó trình bày một cách tích cực.

Nghe con trẻ nói một cách tích cực có nghĩa là “trả lại” điều nó đã thổ lộ với bạn trong lúc trò chuyện và định rõ cảm xúc đó.
Chúng ta hãy nhớ lại các ví dụ vừa nêu và xem phụ huynh lựa chọn câu nào để xác định tâm trạng của con trẻ:

Con trai: *Nó lấy mất ô tô của con rồi!*

Mẹ: *Con rất buồn và tức bạn ấy.*

Con trai: *Con không bao giờ tới đó nữa!*

Bố: *Con không muốn đến trường nữa chứ gì.*

Con gái: *Con không đội cái mũ xấu xí này.*

Mẹ: *Con rất ghét cái mũ đó.*

Xin có nhận xét ngay: chắc bạn sẽ cảm thấy những câu đáp lại trên đây lạ tai và thậm chí thiếu tự nhiên. Những câu sau đây dễ nói và quen hơn:

- Không sao con ạ, bạn ấy chơi một tí rồi trả con ấy mà...

- Không đến trường là thế nào con?

- Bỏ cái thói đỏng đảnh đó đi, cái mũ xinh như vậy còn chê!

Thoạt nghe thấy có lý, nhưng những câu trả lời trên đều có chung nhược điểm: để mặc đứa bé một mình với tâm trạng của nó. Nếu khuyên bảo hoặc phê bình, dường như phụ huynh đang thông báo cho đứa con biết rằng cảm xúc của nó chẳng có gì quan trọng, chẳng ai để tâm tới.

Ngược lại, những câu đáp theo phương pháp nghe tích cực cho thấy cha mẹ hiểu tình huống của đứa con, sẵn sàng nghe nó trình bày nhiều hơn, chấp nhận tình huống đó.

Sự cảm thông theo đúng nghĩa đen này của phụ huynh gây ấn tượng rất đặc biệt đối với con trẻ (xin nhận xét: nhiều khi điều này còn có tác động lớn hơn đối với chính cha mẹ. Vấn đề này tôi sẽ nói tới ở phần dưới). Nhiều phụ huynh lần đầu tiên thử "phát ra tiếng" cảm xúc của con trẻ đã kể về những kết quả bất ngờ, nhiều khi đến kỳ diệu.

Người mẹ bước vào phòng con gái và thấy bừa bộn.

Mẹ: *Nhina, con lại chưa dọn dẹp phòng con rồi!*

Con gái: *Ối giời, tí nữa mẹ ạ!*

Mẹ: *Con rất không thích dọn dẹp ngay...*

Con gái *(bỗng nhào tới ôm cổ mẹ): Mẹ yêu quý, mẹ của con mới tuyệt vời làm sao!*

Trường hợp khác do người cha của cậu bé bảy tuổi kể lại.

Hai cha con bước vội ra bến xe buýt. Sắp có chuyến xe cuối cùng nên không thể để lỡ. Đang đi, cậu bé xin bố mua thanh sôcôla, nhưng người cha từ chối. Tức thì cậu con trai dỗi và quay ra phá rối: đi tụt lại sau, ngó nghiêng, dừng lại để làm việc gì đó "cấp bách". Người cha đứng trước sự lựa chọn: không được nhỡ xe mà lại không muốn lôi con xềnh xệch. Và ông nhớ tới lời khuyên của chúng tôi, ông liền nói: "Đênhít, con dỗi vì bố không mua sôcôla cho con, vì thế mà con giận bố.".

Kết quả ngoài sự mong chờ của người cha: cậu bé hiền hòa đặt bàn tay mình vào lòng bàn tay cha và hai cha con bước nhanh tới bến xe.

Dĩ nhiên không phải lúc nào xung đột cũng được giải quyết nhanh như vậy. Thỉnh thoảng thấy cha mẹ sẵn sàng nghe mình trình bày và tỏ ra thông cảm, đứa trẻ hứng thú kể tiếp chuyện đã xảy ra. Người lớn chỉ còn biết tiếp tục nghe một cách tích cực.

Xin dẫn ví dụ về một buổi trò chuyện kéo dài hơn trong đó người mẹ vài lần "nói thành tiếng" điều bà nghe thấy và nhìn thấy khi tâm sự với đứa con đang mếu máo.

Người mẹ đang bận nói chuyện công việc. Cô con gái lên năm và cậu con trai mười tuổi đang chơi đùa ở phòng bên cạnh. Bỗng có tiếng khóc òa.

Tiếng khóc càng ngày càng rõ. Quả đấm cửa ngoài hành lang động đậy. Người mẹ mở cửa, trước mặt bà là cô con gái úp mặt vào cánh cửa khóc nức nở, phía sau là cậu con trai vẻ bối rối.

Con gái: *Hu hu hu...*

Mẹ: *Anh Misa lại trêu em rồi... (Không nói gì thêm nữa).*

Con gái (tiếp tục khóc): *Anh ấy đánh r-ơ-ơi con!*

Mẹ: *Anh ấy đẩy con, con ngã và bị đau... (không nói gì nữa).*

Con gái (không khóc nữa, nhưng giọng vẫn tủi thân): Không, anh ấy không túm được con.

Mẹ: *Con nhảy xuống, anh ấy không kịp đỡ thế là con ngã... (Không nói gì nữa).*

Misa với vẻ có lỗi đứng sau gật đầu tán đồng.

Con gái (đã bình tĩnh): *Vâng ạ... Con muốn mẹ bế. (Cô bé sà vào lòng mẹ).*

Mẹ (sau đó một lúc): *Con muốn ở bên mẹ một lúc, nhưng vẫn giận anh Misa và chưa muốn chơi với anh...*

Con gái: *Không, mẹ ạ. Anh ấy nghe đĩa nhạc ngoài kia, con lại không thích.*

Misa: *Thôi được, lại với anh, anh sẽ cho em nghe đĩa em thích...*

Đoạn đối thoại trên đây cho phép chúng ta lưu ý vài đặc điểm quan trọng của đối thoại theo phương pháp nghe tích cực và một vài phương pháp bổ sung.

Thứ nhất, nếu bạn muốn nghe con trẻ nói thì nhất thiết phải quay mặt vào nó. Một điều rất quan trọng là **mắt bạn và mắt trẻ phải ở ngang tầm nhau**. Với trẻ nhỏ, bạn cần ngồi xổm bên cạnh, bế bé lên tay hoặc đặt lên đầu gối; có thể kéo bé lại gần mình, bước tới gần hoặc dịch ghế đến cạnh bé.

Tránh nói chuyện với con trẻ khi đang ở phòng khác, đang cúi trên bếp hoặc bồn rửa bát; đang xem tivi, đọc báo; ngồi ngả mình trên ghế tựa hoặc đang nằm trên ghế sofa. Tư thế của bạn đối với bé là **tín hiệu** đầu tiên và **mạnh nhất** báo cho trẻ biết bạn đã sẵn sàng nghe nó trình bày và nghe thấy như thế nào. Bạn hãy hết sức lưu ý tín hiệu này, đứa trẻ tuổi nào cũng "đọc" tốt tín hiệu này dù cho không ý thức được điều đó.

Thứ hai, nếu nói chuyện với đứa trẻ đang bực mình, giận dỗi, bạn không nên hỏi. Tốt nhất là các câu trả lời của bạn đều dưới **hình thức khẳng định.**

Ví dụ:

Con trai (mặt mày ủ rũ): *Con sẽ không chơi với thằng Pêchia nữa!*

Phụ huynh: *Con giận bạn ấy.*

Ở đây có thể xuất hiện câu đáp không đúng:

- Lại có chuyện gì vậy?

- Sao, con tức nó chứ gì?

Vì sao câu nói đầu tiên của phụ huynh lại đạt nhất? Vì rằng câu đó cho thấy ngay phụ huynh đã bắt được "sóng cảm xúc" của cậu con trai, rằng cha (mẹ) không phải là người ngoài cuộc, chỉ quan tâm tới "sự việc", hỏi để biết vậy thôi. Ở câu đáp thứ hai và thứ ba, thực ra có thể khi hỏi, người cha hoàn toàn thông cảm với con, nhưng vấn đề ở chỗ câu nói ở dạng câu hỏi không **phản ánh sự cảm thông.**

Dường như giữa câu khẳng định và câu hỏi không có sự khác biệt lớn, đôi khi chỉ là ở ngữ điệu khác đi một chút, song phản ứng trước những lời nói đó lại rất khác nhau. Thường đáp lại câu: "Có chuyện gì vậy, con?" đứa trẻ đang buồn bực sẽ nói: "Không sao ạ!", còn nếu bạn nói: "Có chuyện gì rồi…" thì đứa trẻ thường dễ kể bạn nghe sự việc đã xảy ra.

Thứ ba, điều rất quan trọng khi đối thoại là "ngừng lời". Tốt nhất sau mỗi câu nói bạn nên im lặng. Xin bạn hãy nhớ: khoảng thời gian đó thuộc đứa trẻ, đừng nhồi nhét những lời nhận xét, bình luận của mình vào đầu nó. Lúc bạn ngừng nói, con trẻ có dịp tìm hiểu tâm trạng của mình và đồng thời cảm thấy đầy đủ hơn sự có mặt của bạn bên cạnh. Im lặng sau lời đáp của con trẻ cũng tốt – biết đâu đứa bé còn muốn nói thêm điều gì đó. Muốn biết đứa con đã sẵn sàng nghe bạn nói chưa, bạn hãy nhìn vẻ ngoài của nó. Nếu cặp mắt con trẻ không nhằm vào bạn mà nhìn sang bên hoặc ra xa thì bạn hãy tiếp tục lặng thinh: một quá trình rất quan trọng và cần thiết bên trong đứa trẻ đang hoạt động.

Thứ tư, cũng rất bổ ích nếu thỉnh thoảng trong câu trả lời bạn nhắc lại theo bạn hiểu thì chuyện gì đã xảy ra với đứa trẻ, sau đó **định rõ cảm xúc của nó.** Như vậy câu đáp của người cha ở ví dụ trên đây có thể là hai câu.

Con trai (vẻ mặt ủ rũ): *Con sẽ không chơi với thằng Pêchia nữa!*

Bố: *Con không thích kết bạn với cậu ta. (Nhắc lại điều vừa nghe được).*

Con trai: *Vâng, con không thích...*

Bố *(sau một lúc im ắng): Con giận cậu ta... (Định rõ cảm xúc).*

Đôi khi phụ huynh áy náy nhỡ ra con trẻ lại cho nhắc lại là nhại chúng. Có thể tránh được nếu dùng các từ ngữ khác với vẫn nghĩa đó, chẳng hạn trong ví dụ của chúng tôi, người cha đã thay từ "chơi" bằng từ "kết bạn". Thực tế cho thấy thậm chí nếu bạn vẫn dùng những câu đó, nhưng lúc nói bạn đoán chính xác tâm trạng của đứa trẻ thì nó, theo lẽ thường, không nhận thấy có điều gì khác biệt và cuộc đối thoại tiếp diễn tốt đẹp.

Dĩ nhiên có thể có chuyện khi trả lời bạn không đoán trúng sự việc đã xảy ra hoặc cảm xúc của trẻ. Bạn đừng bối rối, trong các câu sau trẻ sẽ sửa bạn. Xin bạn thật chú tâm với câu sửa của trẻ và cho nó thấy là bạn tiếp nhận.

Ví như trong trường hợp với hai đứa con, tới lần thứ ba người mẹ mới đoán đúng sự việc đã xảy ra với cô con gái và thằng anh của nó ("Con nhảy xuống, nhưng anh không đỡ được con..."). Và sau đó cô con gái yên lòng ngay.

***

Xin lưu ý một lần nữa: đối thoại theo phương pháp nghe tích cực chưa thành thói quen của chúng ta, nên luyện tập không đơn giản. Nhưng phương pháp này sẽ nhanh chóng gây được cảm tình của bạn khi bạn thấy kết quả nó đem lại. Ít ra cũng có ba kết quả. Các kết quả này có thể là dấu hiệu cho thấy bạn đã tập trung nghe trẻ đúng cách. Xin nêu dưới đây.

- Xúc cảm tiêu cực của trẻ tiêu tan hoặc ít ra cũng vơi đi nhiều. Ở đây thể hiện rõ quy luật tuyệt vời: niềm vui được chia sẻ tăng gấp đôi, nỗi khổ tâm được chia sẻ vơi đi một nửa.

- Biết chắc người lớn sẵn sàng nghe mình, đứa trẻ bắt đầu kể về mình nhiều hơn: nội dung kể (giãi bày) thay đổi, phát triển. Đôi khi trong một lần đối thoại bỗng gỡ ra cả mớ bòng bong những vấn đề và điều phiền muộn.

Câu chuyện của mẹ bé Masa bốn tuổi trước khi đi ngủ và cô bé xin mẹ ngồi với bé một lúc.

Con gái: *Nào, mẹ, một tí thôi, tí tẹo tèo teo thôi mà!*

Mẹ: *Masenca, muộn rồi con, các bạn đi ngủ cả rồi.*

Con gái: *Cả ngày một mình và một mình, con không muốn thế nữa!*

Mẹ: *Cả ngày con chơi với các bạn ở mẫu giáo rồi thôi... (Nhớ tới phương pháp nghe tích cực). Con cảm thấy cô đơn...*

Con gái: *Vâng, các bạn nhiều thật, nhưng mẹ lại không được vào trong trường.*

Mẹ: *Con buồn vì không có mẹ.*

Con gái: *Con buồn, còn Xasa Pêtrốp gây sự.*

Mẹ: *Con tức bạn ấy.*

Con gái: *Nó bẻ gãy đồ chơi của con!*

Mẹ: *Và con bực mình...*

Con gái: *Không mẹ ạ, con đẩy nó ra để không làm hỏng đồ chơi, thế là nó đập khối xếp hình vào lưng con.*

Mẹ: *Đau đấy... (Ngừng lời).*

Con gái: *Đau, mẹ lại không có ở đấy!*

Mẹ: *Con muốn mẹ thương con.*

Con gái: *Con muốn mẹ cùng đi...*

Mẹ: *Đi... (Ngừng lời).*

Con gái: *Mẹ chả đã hứa đưa con và Igo thăm vườn thú là gì, con đợi mãi chẳng thấy mẹ đưa đi!*

Với những lời quả quyết của mình “Muộn rồi!”, “Đã đến giờ đi ngủ”, chúng ta thường để con trẻ lại một mình với gánh nặng cảm xúc, trong khi đó chỉ cần để ra vài phút nghe trẻ kể lể là có thể làm trẻ thực sự yên lòng trước khi đi ngủ.

Nhiều phụ huynh cho biết phương pháp nghe tích cực đã giúp họ lần đầu tiếp xúc được với con cái mình.

Đây là ví dụ trong cuốn sách của Goócđôn.

Về đến nhà sau buổi học về phương pháp nghe tích cực dành cho phụ huynh, cha cô bé mười lăm tuổi thấy cô con gái đang tán gẫu với cậu bạn cùng lớp trong phòng bếp. Bọn trẻ bàn tán về nhà trường với thái độ không hài lòng. “Tôi ngồi xuống ghế, người cha kể lại, và quyết định có phải mất gì đi nữa cũng phải nghe chúng tích cực. Kết quả là bọn trẻ nói liên hồi hai tiếng rưỡi đồng hồ và trong thời gian đó tôi hiểu về đời sống của con gái nhiều hơn cả mấy năm trước đó cộng lại!”.

Trẻ tự đi lên trong khi giải quyết vấn đề của mình

Xin dẫn y nguyên chuyện kể của một phụ nữ trẻ tuổi, học viên lớp chúng tôi:

“Em gái Lêna của tôi mười bốn tuổi. Thỉnh thoảng em vẫn đến nhà tôi. Lần gần đây mẹ tôi gọi điện thoại cho biết Lêna chơi với một hội bạn xấu. Con trai, con gái hội này hút

thuốc lá, uống rượu, lừa lấy tiền của nhau. Mẹ tôi rất lo và đề nghị tôi có cách gì đó tác động lên con bé.

Câu chuyện xoay quanh bạn bè của Lêna. Tôi cảm thấy tâm trạng con bé không vui.

- Lêna này, chị thấy em có vẻ khó chịu khi phải nói về bạn bè.

- Vâng, em không khoái lắm.

- Nhưng em có người bạn chân chính đấy chứ.

- Dĩ nhiên có Ganca. Nhưng còn lại... em cũng chẳng biết nữa.

- Em cảm thấy những người bạn khác có thể lừa em.

- Vâng, có lẽ...

- Em không biết phải có thái độ thế nào với bọn bạn đó.

- Vâng...

- Nhưng chúng đối xử với em rất tốt đấy chứ.

Lêna sôi nổi đáp lại:

- Không, không thể nói thế được! Nếu bọn chúng đối tốt với em thì đã chẳng bắt em vay tiền của hàng xóm để mua rượu rồi xin mẹ để trả họ.

- Thế đấy... Em cho rằng những người bình thường không bao giờ lại xử sự như vậy.

- Dĩ nhiên không làm như vậy! Ganca đấy thôi, nó không chơi với bọn chúng và học khá. Còn em đến bài vở cũng chẳng có lúc nào để học.

- Em học sút rồi đấy.

- Thậm chí cô giáo đã gọi điện về nhà phàn nàn với mẹ.

- Tất nhiên mẹ buồn lắm. Em thương mẹ.

- Em rất yêu mẹ và không muốn mẹ phải buồn phiền, nhưng chẳng biết làm gì với mình. Tính tình em đổ đốn, hơi một tí là ăn nói cục cằn.

- Em thừa hiểu nói năng cục cằn là xấu, nhưng có cái gì đó trong em cứ thúc em cục cằn, xúc phạm người khác...

- Em không muốn xúc phạm ai cả. Ngược lại em luôn cảm thấy người ta muốn xúc phạm em. Lúc nào cũng lên lớp dạy bảo...

- Em cảm thấy em bị xúc phạm và bị dạy bảo.

- Vâng. Rồi em hiểu họ muốn điều tốt và trong vấn đề nào đó có lý.

- Em hiểu họ có lý, nhưng lại không muốn thể hiện điều đó.

- Vâng, nếu không họ lại nghĩ em sẽ luôn luôn và chuyện gì cũng nghe lời họ.

- Các cậu trong hội cũng chẳng muốn nghe lời cha mẹ mình...

- Thậm chí còn lừa dối cha mẹ.

- Thậm chí còn lừa dối. Nếu lừa dối cha mẹ thì lừa bạn chẳng khó khăn gì...

- Thế đấy! Giờ thì em hiểu rồi. Chúng đã lừa em để lấy tiền và chẳng có vẻ gì muốn trả lại. Nói chung em chán ngấy chúng và em sẽ nói thẳng vào mặt chúng rằng chúng là bọn người như thế nào.

Lêna về nhà. Mấy ngày sau mẹ gọi điện:

- Ôlia này, Lêna đã xin lỗi mẹ. Em bảo đã hiểu tất cả. Và nói chung, nó đã thành một người khác – dịu dàng, hiền hậu, không giao du với nhóm bạn xấu nữa, hay ở nhà, học bài, đọc sách. Nhưng điều chủ yếu nhất – nó tự thấy bằng lòng. Cảm ơn con!".

***

Bạn đã giới thiệu ba kết quả tốt mà có thể thấy (một trong số đó hoặc cả ba) khi nghe tích cực thành công ngay trong lúc chuyện trò.

Nhưng dần dần phụ huynh bắt đầu phát hiện thấy ít nhất hai sự thay đổi tuyệt vời có tính chung hơn.

Thứ nhất: phụ huynh thông báo như một chuyện kỳ diệu: tự trẻ khá nhanh chóng chuyển sang nghe cha mẹ chúng tích cực.

Mẹ của Nađia bốn tuổi kể:

Mấy hôm trước, khi ngồi vào bàn ăn, tôi đặt trước cháu đĩa cơm, nhưng cháu quay mặt đi, không ăn. Tôi nhìn xuống và suy ngẫm nói thế nào cho phải. Nhưng rồi tôi nghe cháu nói:

Nađia: *Mẹ ơi, mẹ sắp khóc rồi đấy...*

Mẹ: *Đúng, mẹ buồn vì con không ăn.*

Nađia: *Con hiểu mẹ đang tủi thân. Mẹ nấu, thế mà con lại không ăn cơm mẹ nấu...*

Mẹ: *Đúng, mẹ rất muốn con thích các món hôm nay. Mẹ đã cố gắng rất nhiều.*

Nađia: [Thôi được, con sẽ ăn hết hạt cơm cuối cùng.

Và quả thật – cháu đã ăn hết.]*1*

Sự thay đổi **thứ hai** liên quan tới phụ huynh. Thường đầu giờ học nghe tích cực, họ trao đổi với nhau tâm tư của mình. Họ nói với nhà tâm lý: "Ông nói nghe tích cực giúp hiểu và cảm nhận khó khăn của con trẻ và tâm tình với chúng. Đồng thời ông hướng dẫn chúng tôi cách thức hoặc phương pháp làm điều đó. Ông dạy chọn từ, chọn câu nói, đảm bảo các nguyên tắc… Thế thì "tâm tình" sao được? Toàn "kỹ thuật", không thuận tiện, không tự nhiên. Nghĩ mãi chẳng ra từ, câu cú thì lủng củng, gượng gạo. Và nói chung là không trung thực: chúng tôi muốn trẻ chia sẻ với chúng tôi những điều thầm kín, còn chúng tôi sẽ có cách "xử lý".

Những lời phản đối hoặc tương tự như vậy chúng tôi hay nghe thấy ở hai, ba buổi học đầu. Nhưng rồi tâm trạng của phụ huynh thay đổi dần. Sau vài lần thử nói chuyện thành công với trẻ, họ bắt đầu có thái độ khác với "kỹ thuật" và đồng thời cũng phát hiện điều mới lạ ở mình. Họ cảm thấy mình **nhạy cảm hơn** với các nhu cầu của con trẻ và những buồn bực của chúng, dễ dàng tiếp nhận những cảm xúc "tiêu cực" của chúng hơn. Phụ huynh cho biết dần dần họ thấy mình kiên nhẫn hơn, ít cáu kỉnh với trẻ hơn, dễ nhận ra vì sao trẻ khó chịu và khó chịu như thế nào. Thành thử "kỹ thuật" nghe tích cực lại trở thành phương tiện biến đổi phụ huynh. Chúng ta nghĩ mình "áp dụng kỹ thuật" này đối với con trẻ, nhưng nó lại **thay đổi chính chúng ta**. Đó chính là thuộc tính tiềm tàng của phương pháp này.

Còn chuyện phụ huynh lo lắng, thấy nó thiếu tự nhiên, toàn những "thủ thuật" và "kỹ thuật" thì sự so sánh tôi hay đưa ra có thể giúp xóa bỏ tâm trạng đó.

Chúng ta biết rõ các vũ nữ balê bắt đầu tập từ những động tác mà theo cách nhìn của chúng ta rất không tự nhiên. Ví dụ họ phải tập đứng trên đôi chân đặt theo những góc khác nhau, kể cả 180 độ.

Trong tư thế "chân" bị bẻ như vậy, vũ nữ phải giữ thăng bằng, ngồi xuống, đứng lên, theo dõi chuyển động của đôi tay… và tất cả cái đó là để sau này họ nhảy nhẹ nhàng, tự nhiên, không bận tâm về kỹ thuật nữa.

Kỹ xảo giao tiếp cũng vậy. Ban đầu khó và nhiều khi không quen, nhưng khi bạn đã thông thạo thì "kỹ thuật" biến đi và chuyển sang **nghệ thuật** giao tiếp.

BÀI TẬP

Bài tập thứ nhất

Trước mặt bạn là bảng kê, bạn sẽ điền vào cột "Xúc cảm của trẻ". Bạn thấy ở cột bên trái phần mô tả tình huống và lời của trẻ, bên phải bạn ghi, theo bạn trẻ có cảm xúc gì trong trường hợp đó. Bạn đừng vội nghĩ câu trả lời.

Tình huống và lời của trẻ	Cảm xúc của trẻ	Câu trả lời của bạn
1. (Mẫu) Hôm nay khi con bước ra khỏi trường, một thằng du côn đánh bật cái cặp sách của con, mọi thứ rơi tung tóe.	Buồn, tủi thân.	Con rất buồn và tủi thân.
2. (Đứa trẻ vừa được tiêm, khóc): "Ông bác sĩ xấu!"		
3. (Con trai lớn - nói với mẹ): Mẹ lúc nào cũng bênh nó, cũng bảo "em còn bé, còn bé", còn con mẹ chẳng bao giờ thấy thương".		
4. "Hôm nay trong giờ toán con chẳng hiểu gì cả và con thưa với thầy giáo như vậy, thế mà các bạn cũng cười".		
5. (Trẻ đánh rơi cái tách, tách vỡ): "Ôi!!! Cái t-ách của con!"		
6. (Lao vào cửa): Mẹ biết không, hôm nay con là người đầu tiên làm xong và nộp bài kiểm tra!"		
7. "Thật là chán, con quên bật tivi, hôm nay chiếu tiếp phim hôm qua!"		

Bài tập thứ hai

Thực chất đây là phần tiếp theo của bài tập 1. Bạn ghi ở cột thứ ba câu trả lời của bạn trước câu nói của trẻ. Định rõ (theo xét đoán của bạn) trong câu nói ấy cảm xúc của trẻ (xem mẫu).

Bài tập thứ ba

Bạn hãy bắt đầu làm như vậy trong giao tiếp hàng ngày với trẻ: để ý những tâm trạng khác nhau của trẻ khi trẻ tủi thân, buồn bực, sợ hãi, không thích, mệt mỏi, cáu kỉnh, vui vẻ, sốt ruột, say sưa... và nêu ra khi giao tiếp với trẻ. Xin đừng quên hình thức tường thuật

(không hỏi) của câu đáp của bạn và ngừng lời sau khi nói.

Đáp án bài tập 1 và 2:

1. Con rất buồn và tủi thân.

2. Con đau, con tức ông bác sĩ.

3. Con muốn mẹ cũng bênh con.

4. Thật khó xử và tủi thân.

5. Con hoảng sợ và tiếc cái tách nữa.

6. Tuyệt! Mẹ nhìn thấy con vui đấy.

7. Thật là bực...

Các bậc phụ huynh thường hỏi:

Hỏi: *Liệu có cần thiết lúc nào cũng phải nghe trẻ tích cực? Như chẳng hạn hôm qua con trai tôi về nhà trong chiếc quần rách. Nó cứ phớt lờ còn tôi thì thất vọng: mua đâu được cái quần đó nữa! Chẳng nhẽ trong trường hợp này cũng phải nghe nó tích cực?*
Đáp: Không, không nên. Khi trẻ "phớt lờ" còn bạn thì xúc động mạnh, tình huống ngược hẳn tình huống mà chúng ta vẫn nói tới từ trước tới giờ. Phải phản ứng thế nào trong trường hợp này, chúng ta sẽ thảo luận sau đây một bài.

Một trường hợp khác không cần nghe tích cực là câu hỏi kiểu "Mấy giờ rồi mẹ?". Thật vô nghĩa khi trả lời : "Con muốn biết mấy giờ...".

Hỏi: *Liệu có nhất thiết khi nghe trẻ đáp lại bằng những câu mở rộng không?*

Đáp: Hoàn toàn không nhất thiết. Một bà mẹ viết: "Con gái tôi ở trường về là kể một thôi một hồi về mọi chuyện xảy ra ở trường. Tôi chỉ biết gật đầu và phụ họa".

Người mẹ đó xử sự tự nhiên và hoàn toàn đúng đắn. Khi đứa trẻ đầy ắp ấn tượng nói "một thôi một hồi", điều nó cần là sự có mặt và sự chăm chú của bạn. Các nhà tâm lý gọi phương pháp đó là: "nghe thụ động" – dĩ nhiên thụ động bề ngoài thôi. Ở đây dùng các câu và từ ngữ ngắn gọn, thán từ, điệu bộ cho thấy bạn đang nghe và trước cảm xúc của trẻ đáp lại: "Ừ, ừ...", "A ha!", "Thế ư?", "Con kể nữa đi...", "Hay nhỉ", "Con chả nói thế là gì", "Thế đấy...", "Và rồi thế nào?", "Tuyệt!", "Lại thế nữa!",...

Câu ngắn gọn cũng hợp khi kể về những cảm xúc không vui. Trong vở opera "Nàng Tuyết" có một cảnh hát đôi: cô gái đến gặp vị vua già của người Bêrênđây. Cô than thở rằng người yêu đã bỏ cô để yêu nàng Tuyết. Lời kể của cô gái thật buồn bã, còn ông già anh minh thì nhẹ nhàng đáp: "Kể đi, kể đi...", "Cứ kể đi con...", "Kể đi, cô bé dễ thương...", "Kể đi con, ta nghe đây". Thật là một ví dụ mê hồn về nghệ thuật nghe đến từ văn hóa dân gian thời xa

xưa.

Hỏi: *Phải nghe trẻ thế nào nếu không có thời gian? Ngắt lời trẻ như thế nào?*
Đáp: Nếu không có thời gian, tốt nhất đừng bắt đầu. Bạn cần có thời gian dự trữ nhất định. Bắt đầu rồi bỏ không nghe tiếp trẻ nói chỉ làm trẻ thất vọng. Tồi tệ hơn nữa là câu chuyện vừa bắt đầu tốt đẹp thì phụ huynh đột ngột ngắt lời:

- Đến giờ về rồi, Vaxia.

- Một tí nữa thôi, bố!

- Con muốn chơi thêm một lúc...(Nghe tích cực).

- Vâng ạ, bọn con chơi đang hay!

- Thêm bao nhiêu nữa?

- Nửa tiếng nữa thôi mà bố.

- Không, nhiều quá. Giờ phải về nhà ngay!

Khi nhắc lại như trường hợp trên đây, đứa trẻ chỉ càng không tin người bố và trẻ sẽ đánh giá việc nghe tích cực của người lớn như một cách thức chiếm được lòng tin của trẻ để rồi làm nó buồn hơn. Những sai lầm như thế này đặc biệt nguy hại nếu trước đó bạn và trẻ chưa có sự giao tiếp tốt và bạn đang thử làm lần đầu.

Hỏi: *Nếu nghe tích cực không có kết quả thì sao? Ví dụ cách đây vài hôm tôi bảo con gái: "Đến giờ học bài rồi con". Cháu đáp: "Không, còn thời gian mẹ ạ, lúc này con không thích." Tôi nói với nó: "Lúc này con không thích...". Cháu: "Vâng, con không thích", – thế là thôi!*

Đáp: Câu hỏi này giúp làm sáng tỏ một quan niệm sai lầm thường gặp của phụ huynh, cho rằng nghe tích cực như thể là một cách để được cái ta muốn ở con trẻ.

Hoàn toàn không phải vậy. Nghe tích cực – đó là phương pháp thiết lập mối giao tiếp tốt nhất với con trẻ, cho thấy bạn tiếp tục tiếp nhận trẻ vô điều kiện với mọi lời chối từ, không may, xúc cảm của nó. Để xuất hiện mối quan hệ như vậy cần một khoảng thời gian nhất định để trẻ khẳng định rằng bạn đã quan tâm nhiều hơn tới những khó khăn của nó. Còn nếu ngược lại, trẻ nghi bạn đang toan tính cách thức tác động lên nó để "có lợi cho mình" thì sự chống đối về phía trẻ chỉ gia tăng mà thôi.

Bài học thứ tám

Xử lý các va chạm như thế nào?

C ó một lần tôi ngạc nhiên khi đọc một cuốn sách về tâm lý nói rằng chuyện va chạm là không thể tránh khỏi dù trong gia đình có mối quan hệ tốt đẹp nhất và vấn đề ở đây không phải né tránh hoặc dập đi mà là **giải quyết** đúng đắn. Sau này quan sát đời sống của mình và những người xung quanh, tôi thấy đúng như vậy.

Tình huống đụng độ rình rập chúng ta trên mỗi bước đi và trong những trường hợp này, kết thúc là những trận tranh luận công khai, trong những trường hợp khác là nỗi hậm hực giữ kín, không nói ra và có cả "chiến trận" thực sự. Ở thời đại chúng ta có nhiều sách đề cập tới những cách giải quyết có tính chất xây dựng các xung đột. Hôm nay chúng ta sẽ tìm hiểu "khoa học" này.

Đầu tiên chúng ta cùng xem xét **vì sao** giữa cha mẹ và con cái lại xảy ra va chạm và chúng xuất hiện **như thế nào.**

Đơn cử một trong những ví dụ điển hình:

Buổi tối cả nhà cùng ngồi trước màn hình tivi, nhưng mỗi người lại muốn xem một chương trình khác nhau. Chẳng hạn, con trai ham mê bóng đá nên dự định sẽ xem truyền hình trực tiếp trận đá bóng. Mẹ thì chuẩn bị tinh thần xem tập tiếp theo của bộ phim nước ngoài. Thế là xảy ra tranh chấp: người mẹ không thể bỏ xem, bà "đã mong ngóng cả ngày"; cậu con trai cũng không thể không xem trận đấu bóng đá; cậu "đã mong chờ còn lâu hơn nữa!".

Ví dụ khác.

Người mẹ đang vội chuẩn bị mọi thứ cho kịp tiếp khách. Chợt phát hiện hết bánh mì, bà bảo cô con gái đi mua. Nhưng sắp đến sinh hoạt nhóm thể thao và cô bé không muốn đến muộn. Người mẹ bảo con "thử rơi vào tình thế của mẹ xem sao", con gái cũng nói vậy. Người này kiên quyết, người kia không chịu.

Hai chuyện trên đây có điểm gì chung? Cái gì đã tạo nên tình huống mâu thuẫn và dẫn đến căng thẳng?

Rõ ràng là có sự **va chạm về lợi ích** của phụ huynh và con cái. Xin lưu ý, trong những trường hợp thế này, thỏa mãn ý muốn bên này có nghĩa là đụng chạm tới ích lợi của bên kia và gây ra những xúc cảm tiêu cực rất mạnh: bực tức, hờn dỗi, giận dữ. Truyền đạt bằng thuật ngữ đã quen có thể nói khi có sự đụng độ về lợi ích thì cả hai phía – con cái và cha mẹ

Bài học thứ sáu

Mười hai điều cản trở chúng ta nghe trẻ nói

Phụ huynh đang cố gắng học cách nghe tích cực than phiền họ thấy khó quá: trong đầu toàn những câu trả lời quen thuộc, đủ các câu trừ câu cần thiết.

Trong một lần lên lớp, một nhóm phụ huynh được đề nghị ghi lại họ sẽ đáp như thế nào trước lời phàn nàn của cô con gái: *"Tanhia không thích làm bạn với con nữa. Hôm nay nó chơi đùa với cô bé khác rồi. Hai đứa chúng nó cũng chẳng thèm nhìn ngó tới con."*

Các câu trả lời như sau:

- Con thử chủ động đến chỗ hai bạn đó: có thể hai bạn lại tiếp tục nhận con.

- Có lẽ con có lỗi.

- Con tủi thân là phải. Nhưng biết đâu Tanhia lại thích chơi với cô bé kia hơn. Tốt nhất đừng ép bạn ấy phải chơi với mình mà hãy tìm bạn khác.

- Con rủ Tanhia cùng chơi con búp bê mới của con xem sao.

- Mẹ không biết phải làm gì nữa. Hay con có quà gì đó cho hai bạn xem.

- Chuyện như vậy hay xảy ra trong cuộc sống. Con đừng quá buồn phiền.

- Thế hai con có cãi nhau không?

- Buồn phiền mà làm gì. Mẹ con mình cùng chơi nào.

Phụ huynh rất ngạc nhiên khi được biết không một câu trả lời nào đạt. Hai chục năm gần đây, các nhà tâm lý học đã tiến hành một công việc rất quan trọng: phân loại các kiểu lời nói truyền thống của phụ huynh *cản trở* việc nghe tích cực. Có đến mười hai kiểu! Xin bạn tìm hiểu các kiểu *đáp tích cực* của cha mẹ và điều mà trẻ nghe thấy trong những câu trả lời đó.

1. **Mệnh lệnh**

"Thôi ngay!", "Dọn đi!", "Đừng để mẹ (bố) phải nghe chuyện đó nữa!", "Câm ngay!".

Trẻ nghe thấy thông điệp trong những câu đáp dứt khoát đó là cha mẹ không muốn đi

sâu tìm hiểu vấn đề của chúng, thiếu tôn trọng sự độc lập của chúng.

Những lời lẽ đó gây cho con trẻ cảm giác chúng không có quyền và thậm chí bị bỏ mặc "trong hoạn nạn".

Đáp lại trẻ thường chống cự "càu nhàu", giận dỗi, tỏ ra ngang bướng.

Mẹ: *Vôva, mặc quần áo nhanh lên (khẩu lệnh), muộn giờ đến trường rồi!*
Vôva: *Con không làm được, mẹ giúp con với.*

Mẹ: *Đừng có bịa (Ra lệnh). Bao nhiêu lần con tự mặc lấy rồi còn gì!*
Vôva: *Cái áo đáng ghét, con không thích mặc.*

Mẹ: *Đừng giở trò! Nào, có mặc ngay không nào! (Lại ra lệnh).*

Vôva: *Con không cài cúc được.*

Mẹ: *Không cài được thì cứ thế mà đến trường, các bạn sẽ thấy con luộm thuộm thế nào.*

Vôva *(giọng khóc lóc): Mẹ tồi...*

Trong khi đó câu chuyện có thể diễn biến theo cách hoàn toàn khác:

Mẹ: *Vôva, mặc quần áo nhanh lên con, muộn giờ đến trường rồi đấy!*

Vôva: *Con không thể, mẹ giúp con với.*

Mẹ *(dừng lại một phút): Con không tự làm được.*

Vôva: *Cái áo đáng ghét, con không thích mặc.*

Mẹ: *Con không thích cái áo đó.*

Vôva: *Vâng ạ, hôm qua bọn con trai cười, bảo áo con gái.*

Mẹ: *Con rất khó chịu. Mẹ hiểu... Con mặc cái áo này vậy!*

Vôva *(thở dài nhẹ nhõm): Vâng, mẹ đưa cho con (nhanh nhẹn mặc).*

Xin lưu ý, trong đối thoại này những lời đáp của người mẹ trước câu nói của trẻ ("Con không tự làm được", "Con không thích cái áo đấy"), người mẹ cần lắng nghe trẻ nói, nghe câu trả lời của chúng chứ không chỉ ra lệnh. Kết quả là đứa trẻ vui vẻ chia sẻ khó khăn thực sự của nó và người mẹ sẵn sàng tiếp nhận. Nếu câu chuyện diễn biến theo kiểu thứ nhất thì nhất định sẽ xuất hiện kiểu nói của phụ huynh như dưới đây.

2. **Cảnh cáo, răn đe, nạt nộ**

“Nếu con không im ngay mẹ bỏ đi đấy!”, “Cẩn thận, không sẽ còn tồi tệ hơn vậy”, “Nếu chuyện đó còn lặp lại là mẹ dùng roi đấy!”, “Nếu con về không đúng giờ thì hãy tự trách mình đi”.

Nếu trẻ đang có điều phiền muộn thì đe dọa cũng vô nghĩa. Những lời như vậy chỉ làm trẻ thêm bế tắc.

Như đã thấy trên đây, ngay sau lời đe dọa của người mẹ: “... cứ thế mà đến trường, các bạn sẽ thấy con luộm thuộm thế nào”, nước mắt và lời công kích của đứa trẻ đối với người mẹ tuôn ra.

Bạn có thấy những cảnh tượng đó quen thuộc không? Đã bao giờ bạn phản ứng bằng cách “vặn đai ốc” chặt hơn nữa, tiếp tục quát tháo, đe dọa không?

Cảnh cáo và đe dọa còn không hay ở chỗ khi nhắc đi nhắc lại nhiều lần, trẻ đâm ra nhờn và không có phản ứng gì nữa. Lúc đó một số phụ huynh chuyển từ lời nói sang việc làm, từ phạt nhẹ đến phạt nặng, có khi tàn bạo: mặc đứa trẻ đang hờn dỗi một mình ngoài đường, khóa cửa nhà, sử dụng roi vọt,...

3. **Đạo đức, dạy bảo, thuyết giáo**

“Con phải xử sự cho đúng”, “Người nào cũng phải lao động”, “Con phải kính trọng người lớn”.

Thường con trẻ chẳng thu nhận được gì mới mẻ qua những câu nói đó. Vẫn chẳng có gì thay đổi cho dù chúng đã nghe điều đó đến “lần thứ một trăm lẻ một”. Trẻ cảm thấy áp lực từ ngoài, đôi khi thấy hối lỗi, buồn rầu, còn thường thì có tất cả những tâm trạng đó.

Vấn đề ở chỗ, đối với con trẻ, việc giáo dục tư cách, đạo đức không hẳn chỉ bằng lời nói mà còn bằng cả không khí trong nhà, thông qua việc bắt chước cách xử sự của người lớn, trước hết là cha mẹ. Nếu trong gia đình mọi người đều lao động, không nói năng cục cằn, không dối trá, cùng chia sẻ công việc nội trợ thì bạn yên tâm trẻ biết phải xử sự thế nào cho đúng.

Còn nếu trẻ vi phạm “chuẩn mực cư xử” thì cần xem xét trong gia đình có ai xử sự như vậy hoặc giống như vậy không. Nếu không phải nguyên nhân đó thì chắc có lẽ con bạn “vượt giới hạn” là do nội tại bất ổn, trục trặc về cảm xúc. Trong cả hai trường hợp, giáo huấn bằng lời nói là phương pháp dở nhất.

Xin kể một câu chuyện có thật.

Cha mẹ hai đứa trẻ – bé gái Anhia chín tuổi và cậu Vaxia mười ba tuổi – đi công tác xa hai tuần. Trong thời gian đó có dì cùng cô con gái mười một tuổi Lêna đến trông các cháu, tạo thành “hợp chất dễ nổ” gồm ba đứa trẻ tuổi “khó” và “cực khó bảo”. Hai anh em Vaxia và Anhia buồn nhớ bố mẹ, sự xuất hiện của dì và người em họ không cải thiện được tình hình mà ngược lại: hai đứa trẻ đâm ra ghen ghét (“nó có mẹ còn chúng mình thì không”), lòng đố kỵ chuyển thành ý muốn trêu chọc và thậm chí xúc phạm. Mặc dù ba

cháu vẫn chơi với nhau đấy, nhưng hay to tiếng và cãi vã, những lúc như vậy hai anh em Vaxia vào một bè chống lại Lêna làm cô bé thỉnh thoảng phát khóc. Người dì cố tỏ ra "công bằng" không đứng về phía nào. Nhưng vẫn chẳng có kết quả (với hai đứa cháu thì vẫn không có mẹ), còn cô con gái thì lúc nào cũng cảm thấy mẹ bênh "chúng" chứ không bênh mình. Tình hình diễn biến đến cực điểm. Bọn trẻ cãi nhau trước màn hình tivi – xem chương trình nào. Vaxia thúc vào mặt cô em họ, cô bé ngã, khóc ầm lên. Mẹ ở phòng bên chạy lại nhìn thấy cảnh tượng: hai anh em Vaxia nhìn vẻ sợ sệt, nhưng đề phòng, sẵn sàng "chiến đấu"; Lêna thì nằm dưới đất khóc.

Dì: *Chuyện gì vậy, các con?*

Lêna: *Anh đâ-ấm vào mặt con-on!*

Dì *(Nhìn Vaxia giận dữ):!!!*

Anhia: *Lêna bật, anh lại tắt, Lêna lại bật thế là anh đẩy... thế này này... (làm điệu bộ giải thích).*

Dì *(tức giận – với Vaxia): Cháu đã thúc vào mặt em!*

Vaxia: *Vâng ạ.*

Dì: *Cháu có biết là bất luận thế nào cũng không được động đến mặt người khác không?!*

Vaxia: *Cháu biết ạ!*

Dì: *Cháu có biết đánh vào mặt là hành vi xúc phạm nhất đối với người khác không?*

Vaxia: *Cháu biết ạ!*

Dì: *Cháu biết mà vẫn làm! Mà lại cố tình nữa chứ!*

Vaxia *(vẻ thách thức): Đúng, cháu cố tình đấy!*

(Bỏ chạy.) Mười lăm phút sau lại có tiếng Lêna nức nở: "Anh ấy không cho con vào phòng và đang làm gì đó với những con búp bê của con!"

Dì vào phòng thì Vaxia không còn ở đấy nữa.

Một con búp bê bị giật hết quần áo và vứt lung tung trong phòng, còn con búp bê Lêna yêu nhất thì biến mất. Trước những lời yêu cầu lẫn trong tiếng khóc của Lêna: "Con búp bê của em đâu rồi? Trả búp bê cho em!" Vaxia đáp: "Không biết, không động đến."

Người dì chờ cha mẹ hai đứa cháu về để báo cáo về hành vi rất xấu của Vaxia. Thằng bé phải được "chỉnh đốn" và giải thích mọi chuyện trước sự có mặt của mọi người, bà dì tin chắc như vậy.

Nhưng người mẹ lại chọn cách nói chuyện với Vaxia. Cuộc trò chuyện kéo dài hơn một tiếng đồng hồ. Vaxia thành thật kể hết mọi chuyện (ngay sau đó con búp bê được "tìm thấy" dưới gầm giường của Lêna) và được biết cậu bé cảm thấy mình thật bất hạnh và bị xua đuổi, "mọi người đều đả kích cậu" (hóa ra ở trường lúc đó cũng có những chuyện không vui). Hai ngày sau cậu bé đột nhiên đến gặp dì và xin dì đừng nghĩ cậu tồi và ác, đơn giản là thời gian gần đây cậu "giở chứng". Người dì và cô con gái ở lại chơi thêm một tuần và trong những ngày đó quan hệ giữa bọn trẻ trở nên ôn hòa hơn.

Câu chuyện trên đây đặt ra nhiều câu hỏi: về nguyên tắc, về giới hạn của sự cho phép, trừng phạt,... Song lúc này chúng ta không bàn về những vấn đề đó để khỏi lạc đề chính của chúng ta – hiệu lực của những lời răn bảo, giáo huấn. Mặc dù người dì có lý khi cho cậu bé biết không được đánh vào mặt người khác, nhưng lời nói đó đã không gây được ấn tượng mong muốn, không "sửa được", "không dạy được" cậu bé mà chỉ đẩy cậu tới hành vi ác, có tính chất trả thù sau đó.

Ngược lại, những lời chuyện trò khéo léo của người mẹ biết nghe đứa con trai đã làm cậu tự dịu đi.

Phải chăng điều đó có nghĩa là với trẻ không nên nói về chuẩn mực đạo đức và quy tắc cư xử? Hoàn toàn không phải như vậy. Nhưng làm việc này **chỉ trong những giờ phút lúc trẻ bình tĩnh** chứ không vào lúc căng thẳng. Trong các trường hợp khác, lời nói của chúng ta chỉ như đổ thêm dầu vào lửa.

4. **Lời khuyên, giải pháp có sẵn**

"Vậy con cứ nói là...", "Tại sao con lại không thử nhỉ...", "Theo mẹ con nên đến gặp và xin lỗi...", "Nếu là bố thì bố đã đánh trả...".

Như thường lệ chúng ta không tiếc những lời khuyên như vậy. Hơn thế nữa – chúng ta coi khuyên nhủ con trẻ là nghĩa vụ của mình. Thường chúng ta lấy mình làm ví dụ: "Khi bố ở tuổi con..." Song khốn nỗi con trẻ không thích nghe những lời khuyên của chúng ta. Đôi khi chúng còn ngang nhiên cưỡng lại: "Bố nghĩ vậy chứ con lại nghĩ khác", "Nói thì bao giờ chẳng dễ", "Chẳng cần bố nói con cũng biết!".

Điều gì đằng sau những phản ứng tiêu cực đó của trẻ? Chính là ý muốn được độc lập, tự mình giải quyết lấy. Ngay người lớn chúng ta không phải lúc nào cũng dễ nghe lời khuyên của người ngoài. Mà con trẻ lại nhạy cảm hơn chúng ta. Mỗi lần khuyên nhủ trẻ là một lần như thể chúng ta cho nó biết rằng nó còn nhỏ và chưa có kinh nghiệm, còn chúng ta thì khôn hơn, cái gì cũng biết trước.

Cái thế như vậy của phụ huynh – thế "từ trên" làm trẻ bực mình, nhưng điều chủ yếu là làm chúng mất hứng kể về những mắc mớ của mình.

Trong đoạn đàm thoại dưới đây, người bố đã không tránh được những sai lầm như vậy.

Chiều thứ Bảy, cậu con trai đi vẩn vơ trong nhà trong tâm trạng rõ ràng là buồn bực.

Bố: *Sao uể oải thế con?*

Con: *Thế nào ấy, con chẳng muốn làm gì cả.*

Bố: *Ra ngoài chơi, trời đẹp như vậy.*

Con: *Không ạ, con không muốn chơi.*

Bố: *Thế thì gọi điện cho Misa đến cùng đánh cờ.*

Con: *Con chán cờ lắm rồi, mà Misa hôm nay có việc bận.*

Bố: Thôi thì cầm lấy quyển truyện!

Con: *Đủ rồi bố ạ! Bố chẳng hiểu gì con cả! (Bỏ đi sang phòng khác, khép cửa lại).*

Câu chuyện đã diễn biến khác đi khi người cha nhớ tới phương pháp nghe tích cực. Một lúc sau người bố bước vào phòng con trai, ngồi xuống bên cạnh.

Bố (*đặt bàn tay lên vai cậu bé): Con vẫn chưa hết buồn chán.*

Con: *Vâng, vẫn chán lắm bố ạ.*

Bố *(im lặng một lát): Chẳng muốn làm gì.*

Con: *Đã thế lại còn bài thuyết trình nữa chứ.*

Bố: *Con được giao viết một bài thuyết trình.*

Con: *Vâng, thứ hai phải trình bày, về thần thoại Hy Lạp cổ đại, mà sách tham khảo thì không có, biết dựa vào đâu để viết?*

Con: *Đúng vậy, chẳng biết tìm ở đâu... (ngừng lời). À, con nhớ ra nhà bạn Côlia có cuốn bách khoa thư.*

Bố: *Có lẽ trong đó có viết về vấn đề này đấy.*

Con *(tươi tỉnh): Con gọi cho nó ngay bây giờ.*

Cậu bé gọi điện, nói chuyện về cuốn sách, rồi bảo: "Sau đó chúng mình đi chơi nhé."

Thường thì trẻ tự đạt được điều mà trước đó chúng ta định khuyên bảo chúng! Chúng phải tự mình quyết định – đó là cách đi tới độc lập của chúng. Một điều rất quan trọng là tạo điều kiện cho con trẻ làm việc đó cho dù – dĩ nhiên – làm việc này khó hơn là khuyên răn.

5. **Chứng cớ, lý lẽ, răn đe, "lên lớp"**

“Đã đến lúc phải biết trước khi ăn phải rửa tay”, “Lúc nào cũng lơ đãng, giờ làm sai là phải”, “Bao nhiêu lần bảo con rồi! Không nghe thì đừng có trách”.

Và ở đây trẻ cũng đáp lại: “Thôi đi mẹ (bố)”, “Nói suốt”, “Đủ rồi!”. Trường hợp khá hơn thì trẻ không thèm nghe chúng ta nữa, xuất hiện cái mà các nhà tâm lý gọi là “rào cản ý nghĩ” hoặc **“điếc tâm lý”.**

Bố và bé Vêra lên năm đang đi trên phố mùa xuân. Tuyết tan, trên vỉa hè có những vũng nước. Vêra tỏ ra thích thú với những vũng nước và đống tuyết.

Bố: *Vêra này, nếu con dẫm phải nước sẽ ướt chân. Nếu ướt chân người con sẽ lạnh. Nếu người con lạnh con sẽ dễ mắc bệnh truyền nhiễm. Con phải biết rằng mùa xuân trong thành phố đâu đâu cũng đầy vi trùng.*

Vêra*(lại dẫm vào vũng nước): Bố ơi, tại sao cái mũi của chú vừa đi qua ấy lại đỏ hả bố?*

6. **Phê phán, khiển trách, lên án, buộc tội**

“Gớm quá! Cái gì vậy!”, “Con lại không làm như vậy rồi!”, “Tại con cả!”, “Mẹ đã uổng công hy vọng ở con”, “Con lúc nào cũng thế!...”

Có lẽ bạn đã sẵn sàng đồng ý với tôi rằng những câu nói như vậy chẳng có tác dụng giáo dục gì hết. Chúng chỉ khiến con trẻ hoặc có thái độ tự vệ tích cực: công kích trả lại, phủ nhận, giận dữ; hoặc buồn bã, chán nản, thất vọng với mình và mối quan hệ với cha, mẹ. Trong trường hợp như vậy, trẻ sẽ đánh giá thấp mình; chúng sẽ nghĩ quả thật mình là đồ tồi, nhu nhược, tuyệt vọng, rằng chúng là kẻ không may. Mà tự đánh thấp mình sẽ sinh ra những vấn đề mới.

Niềm tin của một số phụ huynh vào ý nghĩa giáo dục của phê phán thật sự là vô hạn. Chỉ có vậy mới giải thích được thỉnh thoảng trong các gia đình, những lời nhận xét xen lẫn mệnh lệnh đã trở thành hình thức giao tiếp chủ yếu với con trẻ.

Chúng ta cùng theo dõi xem trong một ngày, đứa trẻ có thể nghe thấy những gì: “Dậy đi, con”, “Còn chờ đến bao giờ nữa hả con?”, “Con bỏ áo trong quần thế à?!”, “Đừng đóng cửa ầm ầm thế, em bé đang ngủ”, “Sao con lại không dắt chó ra ngoài (chưa cho mèo ăn)?”, “Con tự vặn thì tự theo dõi lấy”, “Lại cái quái gì trong phòng thế này!”, “Tất nhiên là con không học bài rồi”, “Mẹ đã bao nhiêu lần bảo con ăn xong phải rửa bát lấy”, “Mẹ chẳng còn hơi đâu nhắc chuyện mua bánh mì nữa”, “Chưa... thì đừng có mà đi chơi...”, “Con còn buôn điện thoại đến bao giờ nữa?”, “Liệu bao giờ con chịu đi ngủ đúng giờ cho mẹ nhờ?!”.

Bạn hãy nhân những câu nói đó với số lượng ngày, tuần lễ, năm, thời gian mà trẻ nghe thấy những lời đó. Bạn sẽ nhận được một con số lớn những ấn tượng tiêu cực về mình từ những người gần gũi nhất. Để giữ thăng bằng dưới gánh nặng đó, trẻ buộc phải chứng minh để mình và cha mẹ thấy rằng chúng cũng có giá đấy chứ. Cách thứ nhất và dễ dàng nhất (tiện thể xin cho bạn biết chính cách xử sự của phụ huynh mách bảo) là chỉ trích luôn các yêu cầu của cha mẹ.

Vậy có thể làm gì để cứu vãn tình thế nếu trong gia đình xảy ra chuyện như vậy?

Phương pháp đầu tiên và chủ yếu: bạn cố gắng để ý không chỉ những mặt tiêu cực mà cả *những mặt tích cực của trẻ*. Bạn đừng sợ những lời khen ngợi sẽ làm hư trẻ. Đối với quan hệ của bạn với con cái, không gì hại hơn là quan niệm như vậy. Mở đầu bạn tìm trong ngày một vài lý do chính đáng để nói với trẻ những lời tốt đẹp. Ví dụ: "Cảm ơn con đã đi đón em về hộ mẹ", "Hay quá, con đã đến như đã hứa", "Mẹ rất thích nấu nướng cùng con".

Đôi khi phụ huynh có ý nghĩ chẳng cần thiết nói ra những cảm xúc tốt đẹp của mình thì trẻ cũng biết là mình yêu thương chúng.

Và đây là lời thổ lộ cay đắng của một cô bé mười một tuổi: "Mẹ cháu không yêu cháu, cháu biết rõ điều đó. Cháu đã thử vài lần. Chẳng hạn trước đây mấy hôm, Ôlếch (anh trai cháu) tặng mẹ bó hoa và bà mỉm cười với anh. Hôm qua cháu cũng mua hoa để tặng mẹ, cháu mang đến và chăm chú theo dõi: bà *không cười* với cháu. Nên giờ cháu biết chắc: Mẹ yêu anh Ôlếch, nhưng không yêu cháu".

Liệu bạn có bao giờ nghĩ rằng con trẻ lý giải hành vi, lời nói, nét mặt của chúng ta đúng như trên thực tế không? Liệu chúng ta có luôn luôn chú ý tới cách chúng nhìn nhận thế giới với sắc thái đen – trắng không: hoặc tất nhiên là có hoặc tất nhiên là không?

Và còn câu hỏi nữa: Liệu chính chúng ta có thấy thoải mái trong hoàn cảnh thường xuyên bị những lời phê phán của người gần gũi nhất với mình dội xuống không? Liệu chúng ta có mong đợi được nghe những lời tốt đẹp về phía người đó không?

7. **Khen ngợi**

Có lẽ sau những lời trên đây, lời khuyến nghị không khen trẻ thật đột ngột và kỳ lạ. Để tìm hiểu điều tưởng như mâu thuẫn này, cần hiểu sự khác biệt tinh vi nhưng quan trọng giữa khen ngợi và khuyến khích hoặc khen ngợi và tán đồng.

Đây là đoạn trích thư của một nữ phụ huynh gửi tòa soạn *Báo giáo viên* vẫn đăng những tư liệu bài học của chúng tôi.

"Tôi đã đọc nhiều sách và bài báo viết về giáo dục trẻ. Một số trong đó có lời khuyên nên khen trẻ, song tôi vẫn thấy băn khoăn.

Chuyện là chính bản thân tôi đã trải qua rồi. Lúc còn nhỏ tôi được khen nhiều.

Được khen nhiều đâm ra quen và khi lớn lên, làm xong một việc gì mà không có lời khen ngợi, đánh giá là tôi bực mình và chán nản. Còn ở trường phổ thông và đại học, nếu không có lời khen ngợi là tôi thoái chí, không muốn làm gì nếu người khác không nhận thấy. Lúc đó tôi sẽ quay ngoắt lại: nếu vậy ta sẽ chẳng làm gì hết. Nhưng tôi cho rằng tai họa chính là ngay bây giờ, khi đã hai mươi bảy tuổi, bất kể hoàn thành nhiệm vụ nào mà tôi đã đặt cho mình, làm bất cứ việc gì, cái tôi chờ đợi cuối cùng không phải kết quả mà là lời khen. Và mãi tới vừa rồi tôi mới đọc thấy trong Báo phụ huynh (có thế chứ!) lời giải đáp hiện thực: "Mẹ rất vui là con đã làm như vậy" (chứ không phải "Con giỏi!"). Nhưng

sao các vị đưa ra ví dụ cụ thể muộn thế! Như lẽ thường, mọi người viện cớ rằng các gia đình không giống nhau, có kiểu quan hệ riêng của mình, thế này không được, thế kia cũng không. Vậy thế nào là được ạ?

Xin cung cấp nhiều ví dụ cụ thể hơn nữa, chúng tôi không ngu lắm đâu, tùy hoàn cảnh mỗi gia đình, mối quan hệ,... chúng tôi sẽ tự tìm ra lời giải đáp. Dù một ví dụ thôi cũng còn hơn chẳng có gì. Cám ơn các vị, suýt nữa (mặc dù trong lòng lưỡng lự nhớ lại trải nghiệm của bản thân) thì tôi cũng bắt đầu khen, khen, khen "Con gái của mẹ...", "Chà, con gái mẹ...".

Kính thư, E. V., thành phố Pêrmơ".

Trong khen luôn luôn có yếu tố đánh giá: "Con giỏi, thiên tài nữa là đằng khác", "Con gái bố mẹ đẹp (giỏi, thông minh) nhất rồi!", "Con can đảm thế thì chẳng sợ gì hết".

Khen ngợi – đánh giá không hay ở chỗ nào? Thứ nhất, khi phụ huynh hay khen, trẻ sẽ hiểu: ở đâu có khen là ở đó có chê trách. Trong trường hợp này trẻ được khen, trường hợp khác lại bị lên án.

Thứ hai, trẻ có thể bị phụ thuộc vào lời khen: chờ đợi, tìm kiếm lời khen ("Sao hôm nay mẹ chưa khen con?"). Và cuối cùng, trẻ có thể nghi bạn không thật lòng, nghĩa là bạn khen nó xuất phát từ động cơ gì đó của bản thân.

Con trai: *Con viết mãi những chữ cái này mà vẫn chẳng ra gì!*

Mẹ: *Đâu mà, con viết đẹp đấy chứ!*

Con trai: *Không đúng, mẹ cố tình nói vậy để con khỏi buồn!*

Thế cần phản ứng thế nào trước thành tích và hành vi đúng đắn của con trẻ?

Tốt nhất là bày tỏ với trẻ cảm xúc của bạn. Hãy sử dụng các đại từ nhân xưng "mẹ (bố)" thay vì "con".

Con gái: *Hôm nay con nhận được những hai điểm 5 môn tiếng Nga, mẹ ạ.*
Mẹ: *Mẹ vui lắm! (Thay vì: "Con gái mẹ giỏi ghê!").*

Con trai: *Có đúng là con phát biểu tồi không bố?*

Bố: *Bố không thấy vậy. Trái lại bố thấy thích (nêu cụ thể). (Thay vì: "Đâu, con vẫn phát biểu xuất sắc như mọi lần đấy chứ!").*

8. **Đặt biệt danh xấu, chế giễu**

"Con (thằng) nhè", "Õng ẹo vừa vừa thôi", "Dốt đặc cán mai!", "Mày đúng là thằng lười!". Những lời nói như vậy là cách tốt nhất làm trẻ xa lánh và thiếu tự tin. Như thường lệ, trong những trường hợp như vậy trẻ tủi thân và chống chế: "Thế mẹ thì thế nào?", "Ông

ẹo cũng được", "Con cứ thế đấy!".

Xin dẫn minh họa.

Masa mười ba tuổi và mẹ được mời dự lễ cưới. Cô bé rất phấn chấn, lấy hết quần áo ra thử, mặc dù không có nhiều để chọn. Cuối cùng cô bé xuất hiện trước mẹ và bà ngoại với bộ tóc uốn xoăn, chiếc váy dài lê thê và đôi giày cao gót (cả hai thứ đều mượn của cô chị).

Masa(*bước vào, mặt rạng rỡ): Thế nào mẹ?*

Mẹ: *Trời! Hoa khôi số một. Cẩn thận không lại bị nhầm với cô dâu đấy con.*

Bà: *Đi giày thế kia à? Trông như con hươu cao cổ đi cà kheo vậy! (Mặt cô bé tiu nghỉu).*

Masa: *Mẹ và bà cứ đi đi, con sẽ không đi đâu cả!*

9. **Phỏng đoán, suy luận**

"Mẹ biết rồi, mọi chuyện là do con...", "Hay con đánh nhau", "Dù sao mẹ vẫn thấy, con dối mẹ...".

Một bà mẹ thích nói với cậu con trai: "Mẹ đi guốc trong bụng con...", làm cậu con trai tuổi thiếu niên phát khùng.

Thật vậy, trẻ nào (cả người lớn) lại thích bị "bắt nọn"? Sau đó có thể là thái độ chống đỡ, trốn tránh tiếp xúc.

Cậu Pêchia mười lăm tuổi về tới nhà hỏi mẹ.

Pêchia: *Có ai gọi cho con không mẹ?*

Mẹ: *Chẳng thấy ai cả. Mẹ đoán ra rồi, con chờ điện thoại của Lêna chứ gì?*

Pêchia: *Mẹ thì cái gì cũng phải biết.*

Mẹ: *Phải biết. Chẳng hạn mẹ biết vì sao đã hai ngày nay con buồn: con cãi nhau với nó chứ gì.*

Pêchia: *Đủ rồi, mẹ ạ! Việc gì đến mẹ!*

Tương tự như vậy là kiểu sai lầm dưới đây.

10. **Hỏi vặn, dò la**

"Không, con nói cho mẹ biết đi", "Phải có chuyện gì chứ? Thế nào mẹ cũng "tìm ra", "Vì sao con lại bị điểm hai?", "Tại sao câm như hến vậy?".

Ngăn mình không dò hỏi lúc trò chuyện thật khó. Bạn hãy cố chuyển những câu hỏi thành câu khẳng định. Về vấn đề này chúng tôi đã đề cập ở bài học trước.

Xin dẫn nguyên xi đối thoại trong đó người mẹ đã phạm chính sai lầm đó:

Con gái *(giận dữ): Mẹ nhìn xem con được điểm gì này!*

Mẹ: *4 điểm toán. Nhưng mẹ thấy con bực mình.*

Con gái: *Vâng, con tức lắm, nhưng vì sao thì con chẳng biết.*

Mẹ: *Con khó chịu rồi.*

Con gái: *Vâng, con khó chịu... Con không muốn mẹ đi.*

Mẹ: *Con muốn mẹ ở nhà.*

Con gái: *Vâng (khẩn khoản). Mẹ, con xin mẹ hôm nay đừng đến lớp!*

Kỳ lạ thay, chỉ một sự thay đổi tưởng như không đáng kể trong câu trả lời của người lớn: ("Sao con lại tức mình?" – "Mẹ cảm thấy con bực mình") có thể xoay cuộc trò chuyện theo cách khác.

Đôi khi chúng ta gần như không nhận thấy sự khác biệt giữa câu hỏi và lời khẳng định. Nhưng đối với đứa trẻ đang có nỗi niềm thì khác biệt đó lớn lắm: câu hỏi như một sự tò mò, lạnh lùng muốn biết; câu khẳng định như sự cảm thông và đồng tình.

11. **Thông cảm trên lời nói, dỗ dành, thuyết phục**

Dĩ nhiên trẻ em cần thái độ cảm thông. Tuy nhiên những lời "Mẹ (bố) hiểu con", "Mẹ (bố) thông cảm với con" có nguy cơ được tiếp nhận như những lời nói bề ngoài. Có lẽ thay vì nói như vậy, chỉ cần im lặng ôm chặt trẻ vào lòng. Còn trong các câu kiểu: "Con bình tĩnh lại đi!", "Đừng để ý làm gì, con ạ!", "Dần dần rồi cũng đâu vào đấy cả thôi", trẻ có thể cảm thấy thái độ coi thường với khó khăn, phủ định hoặc coi nhẹ tâm trạng đau khổ của chúng.

Con gái (bực bội): Mẹ biết không, hôm nay ở trường con đang chạy ở hành lang thì thằng Xêriôgia Pêtrốp ngáng chân làm con ngã.

Bố: *Không sao, chuyện vặt, con có bị đau đâu.*

Con gái: *Đúng là chuyện vặt, nhưng tất cả bọn con trai đều cười con.*

Bố: *Kệ chúng nó, để ý làm gì, con!*

Con gái: *Bố nói thì dễ, còn con tức mình lắm.*

12. **Đùa, lảng tránh trò chuyện**

Con trai: *Bố biết không, con không thể học nổi môn Hóa và con cũng chẳng hiểu gì về nó.*

Bố: *Sao bố con mình có nhiều điểm giống nhau thế!*

Người bố tỏ ra mình có đầu óc hài hước, nhưng vấn đề còn đó. Đấy là chưa kể những lời: "Đừng quấy rầy mẹ (bố) nữa!" "Mẹ (bố), không có thì giờ cho con", "Lúc nào con cũng than với thở!".

***

Sau khi được giới thiệu danh sách dài những lời nói không đạt, phụ huynh thường thốt lên: "Thế này không được, thế kia cũng không... vậy thế nào mới được?".

Và hãy nghe chính các bậc phụ huynh đó nói:

- Anh (chị) băn khoăn và lúng túng.

- Dĩ nhiên rồi ạ! Hóa ra từ trước tới nay chúng tôi đã không làm như vậy. Và rồi trả lời đúng rất khó: lúc nào cũng bị những lời khuyên, nhận xét quen thuộc chi phối.

- Tức anh (chị) khó tìm được lời nói cần thiết.

- Phải ạ, những câu đó là lạ thế nào ấy. Chẳng nhẽ không được nói theo kiểu cũ.

- Anh (chị) muốn nói theo kiểu cũ.

- Vâng!... Tức là không ạ. Tôi thấy điều đó sẽ chẳng dẫn đến điều gì tốt đẹp cả!

Trong những trường hợp như vậy, thầy giáo của tôi là Alếchxây Nhicôlaiêvich Lêônchiep thích đưa ra một so sánh, chuyện lại xoay quanh cái xe đạp.

Bạn tưởng tượng rằng mọi người chưa bao giờ nhìn thấy xe đạp. Và họ được giới thiệu cùng một lúc hai kết cấu: hai và ba bánh. Họ thích xe đạp nào? Dĩ nhiên là cái có ba bánh. Vì sao vậy? Là vì ngồi lên là họ đạp dễ dàng và "tự nhiên". Còn các ưu điểm của xe hai bánh thì chưa thấy đâu, lại phải mất thời gian và sức lực tập tành nhưng khi đi rồi họ mới hiểu hết những đặc điểm tuyệt vời của chiếc xe đạp "không thuận tiện".

Xin có nhận xét: cách đối đáp con trẻ quen thuộc với những lời khuyên bảo, giáo huấn và trách móc không phải là những lời nói "tự nhiên" mà cũng là những câu thuộc lòng. Chúng tựa như kiểu đi kém hiệu quả trên chiếc xe có cấu tạo cũ kỹ.

Các nhà tâm lý trên thế giới đã có nhiều nỗ lực nhằm hoàn thiện kết cấu đó và giúp các bậc phụ huynh học được cách đi "chiếc xe tốt nhất". Cơ sở của kỹ năng giao tiếp mà chúng ta đang cố nắm vững có những nguyên tắc nhân bản: tôn trọng nhân cách trẻ, thừa nhận quyền của con trẻ có ý muốn riêng, xúc cảm và lỗi lầm, quan tâm tới những lo âu của chúng, khước từ thế "từ trên" của cha mẹ.

Một điều rất quan trọng là học cách nghe ngóng chính những sai sót của bản thân. Để rèn luyện thính giác, chúng ta cũng tìm hiểu đoạn nói về một "va chạm gia đình điển hình" do một bà mẹ ghi lại. Có câu trả lời nào của phụ huynh không đạt không và nếu có thì thuộc kiểu sai lầm nào?

Con gái *(bốn tuổi): Cho con ăn mau lên đi mẹ!*

Mẹ: *Con ngồi vào bàn đi, mẹ múc rồi đây.*

Con gái *(nhăn nhó ngồi vào bàn ăn): Súp này không ngon, con không ăn đâu mẹ ạ.*

Mẹ: *Bỏ đấy và đi đi! (Mệnh lệnh).*

Con gái: *Con muốn ăn!*

Bố xen vào.

Bố: *Ngồi xuống và ăn đi, không nhõng nhẽo! (Mệnh lệnh)*

Con gái*(sắp bật khóc): Nhưng con không thích có lẫn cà rốt.*

Mẹ: *Mẹ sẽ vớt ra.*

Con gái: *Không đâu...*

Mẹ *(bực bội): Mẹ nấu không phải để rồi con hít lên hít xuống (Dạy bảo, phê phán).*

Nước mắt cô con gái nhỏ giọt...

Bố: *Ngồi xuống tử tế và ăn đi. Cầm thìa múc đi. Cho vào mồm! Nhai, nhai đi chứ, không ngậm! (Ra lệnh).*

Con gái: *Nhưng không ngon, bố ơi...*

Mẹ: *Ra khỏi bàn ngay, đã thế cho đói luôn (Ra lệnh, đe nẹt).*

Bố: *Bố lại... cho bây giờ (Dọa dẫm).*

Cô con gái nước mắt đầm đìa cầm lấy thìa xúc ăn qua quýt. Phút đầu ăn bình thường, năm phút sau thì ăn hết. Nhưng cả nhà mất hết vui vẻ.

Kết thúc bài học này, xin dẫn một đối thoại khác có thực cho thấy phụ huynh đã áp dụng phương pháp nghe tích cực rất thành công.

Tôi và con gái xem bức ảnh chụp một nhóm các cháu mẫu giáo. Con gái tôi chỉ cô giáo (tôi nhận thấy khuôn mặt cô giáo bị cào xước):

Con gái: *Con không thể nhìn cô ấy được!*

Tôi: *Con rất khó chịu khi nhìn thấy cô ấy.*

Con gái: *Vâng, cô ấy ác lắm.*

Tôi: *Cô ấy đã xúc phạm con.*

Con gái: *Vâng, cô ấy mắng con là đồ chó săn và bảo nếu con mách chuyện cô ấy sẽ...*

Tôi: *Cô ấy sẽ làm gì đó.*

Con gái: *Vâng. Cô ấy không bảo sẽ làm gì.*

Tôi: *Trước đây con không muốn kể chuyện đó.*

Con gái: *Vâng, con sợ mẹ ạ (chuẩn bị khóc).*

Tôi bế cháu lên tay.

Ngay câu đầu tiên trong đối thoại này, người mẹ đã tránh được một sai lầm truyền thống là nhận xét kiểu "dạy bảo". Người mẹ hoàn toàn có thể nói: "Sao con lại có thể nói như vậy về cô giáo!" và "Tại sao con lại cào xước ảnh?". Thay vì điều đó, người mẹ đã làm cho cảm xúc của trẻ "lên tiếng", cho thấy mình sẵn sàng chia sẻ và cảm thông. Điều đó đã giúp cô bé thoát khỏi nỗi sợ hãi và tủi thân bị dồn nén. Những giọt nước mắt trào ra là những giọt lệ yên lòng.

Nghe kiểu khác

Có một điều rõ ràng là trẻ thích tưởng tượng. Trong lúc nghe truyện cổ tích hoặc nô đùa, chúng đắm mình trong thế giới tưởng tượng của chúng và sống trong đó không kém trọn vẹn như trong thế giới thực. Có thể nhập vào thế giới đó của trẻ, chơi đùa với những mơ ước và điều tưởng tượng của chúng. Cách này có thể giúp chúng khi chúng gặp những khó khăn về cảm xúc.

Dưới đây là hai ví dụ. Người mẹ cho Xêriôgia đi ngủ, cậu bé không chịu.

Xêriôgia: Không đâu, con không thích ngủ. (Ngừng nói). Khi nào thì bố về hả mẹ? Con mong bố về quá! (Người bố đi công tác dài ngày).

Mẹ: *Con buồn lắm nhỉ.*

Xêriôgia: *Vâng, buồn ghê buồn gớm. Con không chịu được nữa...*

Mẹ: *Mẹ cũng buồn. Thế này nhé, mẹ con mình tưởng tượng là bố đang trên đường về tới nhà. Thế thì sao con nhỉ?*

Xêriôgia *(Tươi hẳn lên): Đến ga bố gọi điện: "Bố đang ở đây, tí nữa thôi là bố về tới nhà rồi!"*

Mẹ: *Đúng, mẹ con mình mừng lắm, chúng mình đi dọn dẹp nhà cửa...*

Xêriôgia: *Không phải thế, nhà cửa dọn rồi và mẹ đã nướng xong bánh.*

Mẹ: *Dĩ nhiên rồi. Mẹ con mình trải khăn bàn, mang bánh, đĩa và tách đặt lên bàn.*

Xêriôgia: *Con lấy ở "gara" ra cái xe ô tô mới và album với những hình xe tăng do con vẽ.*

Mẹ: *Đấy. Mẹ con mình nghe thấy tiếng bước chân bên cửa, chuông...*

Xêriôgia: *Con chạy ra mở cửa – bố!!! Bố cười, bế con lên tay...*

Câu chuyện tiếp diễn vài phút nữa, sau đó cậu bé thiếp đi với nụ cười trên môi.

Ví dụ khác quen thuộc với nhiều bạn đọc.

Lêna: *Bố, con thèm sôcôla, bố mu-a-a đi.*

Bố: *Bố thấy hình như hôm qua mẹ mua cho con rồi thôi.*

Lêna: *Mỗi một cái mà lại bé tí.*

Bố: *Mà con thì thích nhiều.*

Lêna: *Vâng ạ, nhiều – nhiều!*

Bố: *Mười, năm mươi cái càng tốt!*

Lêna *(hưởng ứng trò chơi): Không, một trăm, một nghìn cái cơ!!!*

Bố: *Chúng ta mua một nghìn cái sôcôla, chất đầy xe nôi của Páplích và chở về nhà.*

Lêna: *Mọi người ngạc nhiên: "Ở đâu ra nhiều sôcôla thế hả hai bố con?". Bao nhiêu là trẻ con kéo đến và chúng ta mời mọi người thưởng thức!*

Khi con và cha mẹ cùng tưởng tượng, trẻ thấy rằng người lớn nghe nó nói và chia sẻ những cảm xúc của nó.

Bài tập

Bài tập thứ nhất

Hãy thử xác định xem câu trả lời của phụ huynh thuộc kiểu sai lầm nào (câu trả lời bạn sẽ tìm thấy ở cuối phần bài tập).

1. Hội thoại số 1:

Con gái: *Con không bao giờ đến bác sĩ nha khoa nữa!*
Mẹ: *Đừng có vớ vẩn, chúng ta có lịch hẹn ngày mai đến chữa nốt cái răng. (1)*
Con gái: *Con không chịu được nữa. Mẹ không biết con đau thế nào đâu!*
Mẹ: *Mà đã chết đâu cơ chứ. Trong cuộc đời nhiều khi phải chịu đựng. Còn nếu không chữa thì móm kệ con đấy. (2)*

Con gái: *Mẹ nói thì dễ, mẹ có bị khoan như thế đâu. Và nói chung là mẹ không yêu con!*
2. **Hội thoại số 2:**
Con trai: *Mẹ biết không, con bỏ mất hai buổi tập gần đây và huấn luyện viên chuyển con sang dự bị.*
Mẹ: *Không sao, cũng phải có ai đó làm dự bị chứ, không con thì bạn khác; với cả chính con có lỗi đấy thôi. (3)*
Con trai: *Kệ đứa khác làm dự bị, còn con thì không thích. Chẳng công bằng tí nào: Pêtrốp kém hơn con mà lại được đá!*
Mẹ: *Do đâu con biết bạn ấy kém hơn con? (4)*
Con trai: *Con biết mà! Con là một trong những người xuất sắc nhất của đội!*
Mẹ: *Ở địa vị con, mẹ sẽ không tự cao tự đại như thế, cần khiêm tốn hơn, con ạ. (5)*
Con trai *(vẻ hậm hực): Chả nói với mẹ nữa, mẹ không hiểu...*
3. **Hội thoại số 3:**
Cô bé năm tuổi (khóc lóc với bố): Bố nhìn đây này, nó (em trai hai tuổi rưỡi) đã làm gì với con búp bê của con! Cái chân lủng là lủng lẳng.

Bố: *Ừ, thật vậy. Thế chuyện như thế nào hả con? (6)*
Con gái: *Sao mà con biết được! Ôi, búp bê-ê của chị!*
Bố: *Con cứ bình tĩnh. Bố con mình sẽ có cách. (7)*
Con gái: *Con không bình tĩnh được, con búp bê của con...*
Bố *(mừng rỡ): Bố nghĩ ra rồi! Con hãy tưởng tượng nó bị tai nạn và thành tàn tật; tàn tật nhưng vẫn đáng yêu. (Mỉm cười) (8)*
Con gái *(khóc nhiều hơn): Con không muốn tưởng tượng... Bố không được cười... Lần sau con sẽ giết chết nó!*
Bố: *Con nói gì vậy?! Đừng bao giờ để bố phải nghe thấy những lời như thế nữa đấy! (9)*
Con gái: *Bố tồi lắm, con đến với mẹ đây. M-e-ẹ ơi, nhìn này...*

Bài tập thứ hai
Hãy theo dõi những buổi bạn trò chuyện với con, đặc biệt những khi trẻ gặp chuyện gì đó. Bạn có bắt gặp một số lời nói có trong danh sách của chúng ta không? Hãy tiếp tục luyện nghe tích cực. Đó là kỹ năng chủ yếu, không có kỹ năng này, bạn sẽ không thể tiến bộ hơn trong các bài học của chúng ta.

Bài tập thứ ba
Hãy thử một ngày bạn không nói một lời phê phán hoặc quở trách cậu con trai hoặc cô con gái bạn. Thay vào đó, hãy nói những lời khen ngợi lúc thích hợp hoặc không có nguyên do gì. Hãy để ý phản ứng của trẻ.

Đáp án bài tập 1

1. Mệnh lệnh

2. Giảng giải, đe nẹt

3. Thuyết phục, phê phán

4. Hỏi

5. Khuyên răn, phê phán

6. Vặn hỏi

7. Thuyết phục

8. Khuyên bảo, nói đùa

9. Thuyết giáo, nạt nộ

Các bậc phụ huynh thường hỏi:

Hỏi: *Vậy ra, không bao giờ được hỏi, khuyên bảo trẻ sao?*
Đáp: Xin lưu ý một lần nữa: không nên áp dụng những kiểu trả lời chúng ta đã phân tích trên đây thay vì nghe tích cực, khi trẻ có vấn đề về cảm xúc. Còn nếu trẻ bình tĩnh, hoặc bạn cảm thấy giữa mình và trẻ đã có sự tiếp cận về mặt xúc cảm thì có thể trò chuyện thoải mái.

Một câu hỏi trong số hàng chục lời "cảm thông" chắc gì đã làm hỏng việc. Thậm chí một số phụ huynh còn thấy bổ ích khi thỉnh thoảng không tuân thủ những nguyên tắc nghiêm ngặt của nghe tích cực để cách trò chuyện mới với trẻ không quá khác biệt với kiểu đối thoại cũ. Song quan trọng là phải biết nhận ra "những lời nói cũ" và không để chúng buột ra tự nhiên.

Hỏi: *Nhưng nếu trẻ cứ nằng nặc đòi cái không thể được kèm theo khóc lóc hoặc rất buồn thì sao?*

Đáp: Bạn vẫn cứ thử chủ động nghe trẻ. Những lời đầu tiên mà trẻ nghe thấy có sự cảm thông có thể sẽ làm dịu bớt tình hình. Tiếp theo bạn thử cùng trẻ tưởng tượng về chuyện không thể có.

Bài học thứ bảy

Cảm xúc của phụ huynh

Tôi nghĩ trong các bài học trên đây, bạn đã nhiều lần thắc mắc: “Thế còn cảm xúc của chúng tôi thì sao? Phụ huynh chúng tôi cũng lo lắng và tức giận, mệt mỏi và tủi thân. Chúng tôi cũng khổ tâm vì con cái lắm chứ, đôi khi còn bị làm tình làm tội. Vậy ai sẽ nghe chúng tôi? Chúng tôi biết làm gì với **những cảm xúc** của chính mình?”

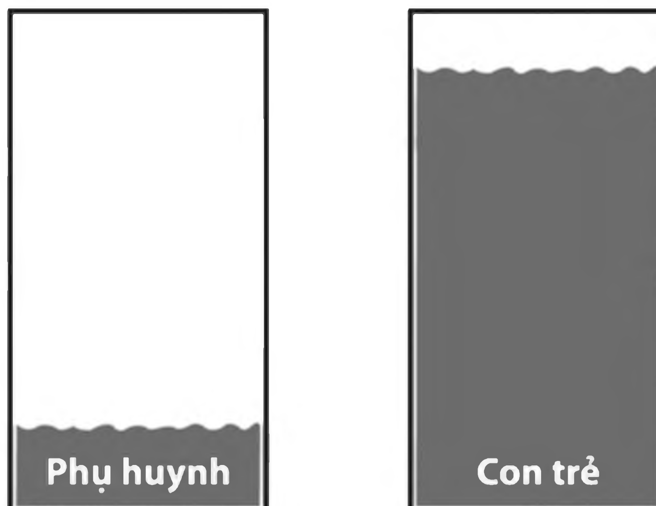
Các thắc mắc đó hợp lý và tất nhiên chúng đã chín muồi. Trong bài học này chúng tôi sẽ thử giải đáp xem sao.

***

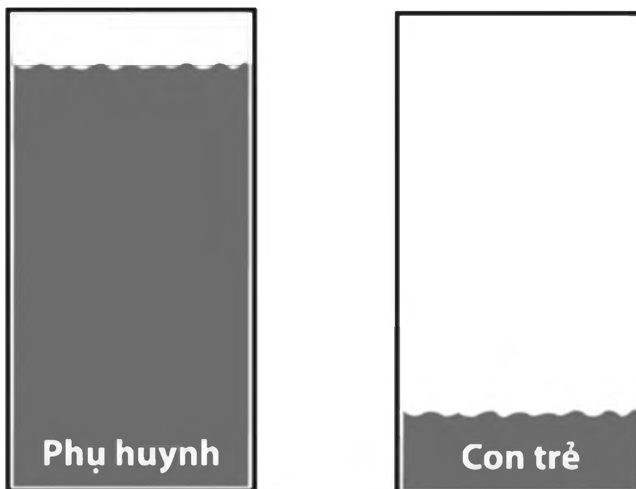
Trước hết cần làm rõ chúng ta sẽ đề cập tới những tình huống nào. Có lẽ là những trường hợp mà phụ huynh khó xử hơn trẻ. Nói cách khác, những tình huống đó ngược với những tình huống mà từ trước tới giờ chúng ta vẫn phân tích khi thảo luận những vấn đề cảm xúc của trẻ.

Xin mô tả cảm xúc của phụ huynh và trẻ dưới dạng hai chiếc “cốc”.

Khi trẻ xúc cảm hơn, cái “cốc” của nó đầy; còn phụ huynh tương đối bình tĩnh hơn thì mức trong “cốc” của phụ huynh thấp.



Và tình huống khác: phụ huynh vô cùng bối rối còn đứa con thì không có xúc cảm gì đặc biệt.



Và đây là ví dụ kiểu tình huống thứ hai.

- Về gần nhà, bạn gặp con trai mình trong tình trạng mặt mũi lem luốc, cúc áo đứt tung, áo quần xộc xệch. Người qua đường liếc nhìn, tủm tỉm; bạn thì khó chịu trước ngoại hình của cậu con trai và ngượng với hàng xóm. Nhưng đứa trẻ lại chẳng nhận thấy gì: nó vừa được chơi thoải mái và đang rất mừng vui vì gặp bạn.

- Đứa bé đang hăng hái đẩy trên sàn cái ô tô của nó. Bạn đang vội đi làm, cậu con trai luẩn quẩn dưới chân làm trở ngại, tóm lại làm bạn bực mình.

- Cậu con trai thiếu niên lại mở đĩa hát "hết cỡ". Bạn tức tối vô cùng.

***

Vậy phải làm gì trong những trường hợp như vậy, cụ thể – khi cảm xúc của phụ huynh tràn đầy?

Nguyên tắc tiếp theo nghe có vẻ ngược đời.

Nguyên tắc 5

Nếu hành vi của trẻ làm bạn có những cảm xúc tiêu cực, bạn hãy cho trẻ biết điều đó.

Nguyên tắc này nói rằng không bao giờ được giữ trong lòng những cảm xúc, đặc biệt nếu các xúc cảm đó tiêu cực và mạnh: không nên im lặng chịu đựng sự buồn tủi, kìm nén cơn tức giận, giữ bề ngoài bình thản khi trong lòng đầy lo âu. Bạn có cố mấy thì vẫn không lừa được ai: cả bản thân lẫn trẻ, nó dễ dàng "đọc" được qua dáng vẻ, cử chỉ và giọng nói,

nét mặt hoặc ánh mắt của bạn rằng có chuyện gì đó không ổn. Bởi trên 90% thông tin về nội tâm của chúng ta được truyền chính qua các tín hiệu "không lời" đó. Và rất khó kiểm soát chúng. Như thường lệ, chỉ không lâu sau đó, xúc cảm sẽ "trào ra" và chuyển thành những lời nói hoặc hành vi gay gắt.

Vậy nói thế nào với trẻ về cảm xúc của mình để không tác hại tới bạn lẫn trẻ?

Nguyên tắc 6

Khi nói với trẻ về những cảm xúc của mình, bạn hãy sử dụng NGÔI THỨ NHẤT. Hãy thông báo VỀ MÌNH, về xúc cảm CỦA BẢN THÂN chứ không về đứa trẻ, về hành vi của nó.

Chúng ta quay lại các ví dụ đã dẫn và thử áp dụng các nguyên tắc 5 và 6 để thiết kế câu trả lời của phụ huynh.

Các câu trả lời đó có thể như sau:

- **Mẹ** (bố) không thích trẻ con ăn mặc lôi thôi và thấy ngượng trước con mắt của hàng xóm.

- **Mẹ** (bố) thấy vướng víu khi đang chuẩn bị đi làm lại có người bò dưới chân mình và bố (mẹ) cứ vấp phải luôn.

- Mở nhạc to làm **mẹ (bố)** rất mệt.

Xin lưu ý: trong các câu trên đây, từ "bố", "mẹ" được dùng ở ngôi thứ nhất. Vì vậy các nhà tâm lý gọi lời nói kiểu như vậy là "mẹ (bố) - thông báo".

Phụ huynh nào đó có thể nói cách khác:

- Người ngợm gì thế kia!

- Đừng bò nữa con, vướng mẹ (bố) lắm!

- Con có thể vặn nhỏ được không?!

Các câu nói trên đây sử dụng từ con. Có thể gọi chúng là "Con - thông báo".

Thoạt thấy thì "Mẹ (bố) - thông báo" và "Con - thông báo" không khác nhau là mấy. Hơn nữa cách nói thứ hai quen thuộc và "thuận tiện hơn". Nhưng đáp lại trẻ tủi thân, chống chế, nói hỗn. Vì vậy tốt nhất là tránh.

Bởi mỗi "Con - thông báo" thực chất đã bao hàm thái độ công kích, buộc tội hoặc phê phán trẻ. Đây là một ví dụ điển hình:

- Bao giờ thì con mới dọn dẹp phòng của con? (Buộc tội)

- Thôi, đủ rồi bố ạ. Mà nói cho cùng thì đó là phòng của con!

- Con ăn nói với bố thế hả? (Khiển trách, đe nẹt).

- Con đã nói gì nào?

"Mẹ (bố) - thông báo" có nhiều ưu điểm so với "Con - thông báo".

1. Nó cho phép bạn bày tỏ những cảm xúc tiêu cực mà không xúc phạm trẻ. Một số phụ huynh cố nén cơn tức giận hoặc khó chịu để né tránh va chạm. Song việc làm đó không mang lại kết quả mong muốn. Như đã nói ở trên, không thể khống chế hoàn toàn cảm xúc của mình và trẻ bao giờ cũng nhận ra chúng ta có bực tức hay không. Và nếu cha mẹ tức giận thì đến lượt trẻ có thể hờn giận, khép lòng lại hoặc cãi lại. Kết quả đảo ngược: thay vì hòa bình là chiến tranh.

Cách đây không lâu tôi đã có mặt trong buổi trò chuyện của hai mẹ con bé gái mười một tuổi. Cô bé buồn bã, khóc lóc kể lại mọi nỗi "bực bội" của mình:

"Mẹ đừng nghĩ lúc đó con không biết thái độ của mẹ đối với con như thế nào. Con nhìn thấy hết! Chẳng hạn hôm nay đây này, khi mẹ bước vào phòng, lẽ ra lúc đó bọn con phải học bài thì lại mở nhạc, mẹ tức con lắm mặc dù chẳng nói gì. Thế nhưng con lại nhìn thấy hết, mẹ không cần chối! Con nhận ra điều đó dựa vào ánh mắt của mẹ, thậm chí cả cách mẹ quay đầu!".
Phản ứng trên đây của cô bé là hiệu quả trực tiếp của nỗi tức giận thầm kín của người mẹ. Tôi nghĩ, con cái của chúng ta là các "nhà tâm lý" thật sắc sảo, tinh tế và bé gái đó đã cho mẹ mình (cả tôi nữa) một bài học sau khi phá vỡ lớp băng im lặng, tạo lối thoát cho các cảm xúc của mình!

2. "Mẹ (bố) - thông báo" cho phép con trẻ hiểu phụ huynh chúng ta hơn. Nhiều khi chúng ta cố giấu mình trước con trẻ bằng vỏ thép "uy tín" và cố duy trì bằng mọi cách. Chúng ta đeo cái mặt nạ "nhà giáo dục" và sợ tháo bỏ nó dù chỉ trong giây lát. Đôi khi trẻ sửng sốt khi biết hóa ra bố mẹ mình cũng có cảm xúc! Điều này gây nơi chúng ấn tượng không thể phai mờ. Nhưng điều cơ bản là – với chúng người lớn trở nên gần gũi hơn, nhân ái hơn.

Cách đây ít lâu tôi được nghe một bà mẹ nói chuyện điện thoại với cậu con trai lên mười. Người mẹ (làm nghề sư phạm) kể cho cậu con trai nghe buổi lên lớp rất khó khăn và bà đã kết thúc thành công. "Con biết đấy – người mẹ nói – sáng hôm nay mẹ đã lo lắng thế nào. Nhưng mọi việc đã kết thúc tốt đẹp và mẹ rất vui. Và con cũng mừng chứ? Cảm ơn con!" Thật dễ chịu khi chứng kiến sự gần gũi về xúc cảm như vậy giữa mẹ và con.

3. Khi chúng ta cởi mở và chân thật trong việc bộc lộ xúc cảm của mình thì con trẻ sẽ bộc lộ những cảm xúc thật của chúng. Trẻ cảm thấy: một khi người lớn tin chúng thì chúng cũng tin người lớn được.

Xin dẫn bức thư của một người mẹ với câu hỏi bà xử sự như vậy có đúng không:

"Vợ chồng tôi chia tay nhau khi cháu trai lên sáu. Bây giờ cháu đã mười một tuổi và cháu bắt đầu buồn nhớ bố sâu sắc, có ý thức, nhưng chủ yếu để trong lòng. Có một lần

cháu thốt ra: "Giá có bố, con đã đi xem phim rồi, với mẹ con không có hứng". Lần khác cháu nói thẳng rằng cháu buồn, tôi đã bảo với cháu: "Đúng là con buồn và có lẽ con buồn vì chúng mình thiếu vắng bố. Và mẹ cũng chẳng vui vẻ gì. Nếu con có bố, mẹ có chồng thì mẹ con mình sống thú vị hơn nhiều." Cháu như bừng tỉnh, cháu áp đầu vào vai tôi và những giọt nước mắt chua xót ứa ra.

Và cả tôi cũng giấu cháu khóc thầm. Nhưng cả hai chúng tôi đều thấy vơi đi... Tôi nghĩ rất lâu về ngày hôm đó và đâu đó sâu thẳm trong lòng, tôi hiểu rằng tôi đã làm đúng. Có đúng vậy không ạ?".

Bằng trực cảm, người mẹ đã tìm ra những lời đúng đắn: nói với cậu bé về tâm trạng của nó (nghe tích cực) và cũng cho con biết về tâm trạng của mình ("Mẹ - thông báo"). Và điều hai người thấy lòng nhẹ đi, mẹ con gần gũi nhau hơn là bằng chứng rõ ràng nhất về tính hiệu quả của các phương pháp đó. Trẻ tiếp thu rất nhanh phong cách giao tiếp của cha mẹ. Điều này có liên quan tới cả "Con - thông báo".

Cha của bé gái lên năm viết: "Từ khi tôi áp dụng phương pháp "Con - thông báo", cô con gái tôi gần như không ăn nói kiểu như: "Cho con!", "Chơi với con đi bố!". Thường là: "Con muốn được...", "Con không thể chờ được nữa."

Bằng cách này, phụ huynh dễ dàng nhận biết xúc cảm và các nhu cầu của trẻ hơn.

4. Và điều cuối cùng: khi tỏ thái độ không kèm theo mệnh lệnh hoặc khiển trách, chúng ta để cho trẻ có dịp tự quyết định. Và lúc đó – kỳ diệu thay – chúng bắt đầu quan tâm tới nguyện vọng và xúc cảm của chúng ta. Xin dẫn trường hợp do người mẹ của chú bé lên bốn kể lại.

"Hai mẹ con tôi vào hiệu thuốc. Cháu thích vitamin, tôi mua cho cháu. Sau đó cháu nhìn thấy những thứ khác lại đòi. Tôi bảo: "Này Xêriôgia, thống nhất thế này nhé, khi nào hết vitamin mẹ sẽ mua cho con thứ khác." Nhưng rồi cháu bắt đầu nỉ non, sau đó đẩy tôi và la hét, mà cố hét thật to để mọi người xung quanh nghe thấy. Tôi rất khó chịu và ngượng nữa chứ. Tôi không còn nhận ra ai xung quanh, không biết xử lý thế nào. Và thế là tôi nói to:

- Mẹ vô cùng xấu hổ trước cảnh tượng này!

Và đột nhiên Xêriôgia quay người lại, nhìn mọi người xung quanh rồi áp sát người tôi, ôm lấy chân và nói:

- Mẹ ơi, đi thôi! Tùy mẹ đấy! Mẹ bảo ăn bao nhiêu vitamin con sẽ ăn bấy nhiêu. Mẹ bảo một con ăn một, mẹ bảo hai con ăn hai.

Và thế là chúng tôi về tới nhà. Cháu luôn luôn nhìn vào mắt tôi và nhắc lại mình sẽ ăn bao nhiêu vitamin."

Học được cách gửi đi "Con - thông báo" cũng khó khăn như tích cực nghe trẻ nói vậy. Cần luyện tập và thời gian đầu khó *tránh phạm phải sai lầm.*

Một trong các sai lầm là các bậc phụ huynh đôi khi bắt đầu bằng "Mẹ (bố) - thông báo" rồi lại **kết thúc** bằng "Con - thông báo".

Ví dụ: **"Mẹ** không thích **con** ăn mặc luộm thuộm thế!" hoặc "**Mẹ** khó chịu khi nghe **con** nỉ non".

Có thể tránh được sai lầm này nếu sử dụng câu vô nhân xưng, đại từ nhân xưng không xác định, những từ khái quát hóa. Chẳng hạn:

- Mẹ không thích **ngồi** vào bàn ăn mà hai tay vẫn bẩn.

- Mẹ khó chịu khi nghe **trẻ con** khóc ti tỉ.

Sai lầm tiếp theo là do sợ bộc lộ xúc cảm đúng với **cường độ thật.**

Ví dụ, nếu bạn hết hồn khi nhìn thấy cậu anh ném cái hộp khối xếp hình vào đầu cậu em, trong khi thốt lên lời, bạn cần biểu lộ được lực của cảm xúc đó. Câu "Mẹ không thích trẻ trai làm như vậy" – ở đây hoàn toàn không thích hợp, trẻ sẽ cảm thấy dối trá.

Xin dẫn một ví dụ khác có thực.

Mẹ cô bé mười lăm tuổi nhận thấy thời gian gần đây cô con gái xa lánh mình. Sự lạnh nhạt giày vò người mẹ, nhưng bà không biết nói thế nào với con bé về chuyện đó. Cuối cùng bà quyết định nói ra điều mà bà cảm thấy. Bà thú nhận rằng mẹ "mất ăn mất ngủ" và "không thể sống thế này được nữa."

Những lời đó đã trở thành lý do để hai bên có cuộc trò chuyện rất quan trọng. Câu nói kiềm chế "Mẹ thấy không thích kiểu quan hệ mẹ con như thế này" có thể xa sự thực và làm hỏng việc.

Dạy cho nhớ đời

Dưới đây là nguyên văn câu chuyện về cơn tức giận của phụ huynh do một bà mẹ kể lại.

Chuyện xảy ra đã lâu khi cậu con trai tôi mới lên bảy. Tôi còn nhớ, tôi ốm, nằm trên giường, thằng bé xin ra ngoài chơi. Nói chung thì sân nơi chúng tôi ở không nguy hiểm, hơn nữa tôi và cháu đã thỏa thuận chỉ chơi trong khu vực các sân chơi của trẻ con (có hai sân chơi ở hai đầu hồi nhà).

Chúng tôi thỏa thuận giờ cháu phải về, cháu sẽ nhờ người qua đường cùng. Giờ hẹn đã qua, rồi một tiếng nữa và sau đó nửa tiếng nữa, tôi bắt đầu lo khủng khiếp, tôi nhảy khỏi giường, bổ nhào đi tìm cháu. Qua hết các sân, đến cả những nơi có thể có và cả không thể có cháu ở đó – không thấy cháu đâu cả. Tôi chạy về nhà, xem cháu có ở nhà không rồi lại chạy đi tìm.

Điều chủ yếu là chuyện như vậy xảy ra lần đầu, nói chung cháu là cậu bé biết nghe

lời.

Cuối cùng, khi đã tìm được cháu, tôi tức giận đến tột bậc và quyết định cho nó một bài học "nhớ đời". Về tới nhà với một giọng dữ tợn (dù trong lòng tôi run bần bật), tôi nói: "Chuyện con vừa làm không vừa với cái roi nào nên mẹ phải phạt con! Con chọn đi: hoặc mẹ quất con hoặc một tuần mẹ sẽ không đọc truyện cho con nghe trước khi đi ngủ!".

Cậu con trai suy nghĩ rồi hỏi: "Nếu bị phạt roi thì có được nghe đọc truyện nữa không mẹ?"

"Có" – tôi nói, mặt sa sầm.

"Thế thì con chọn quất roi." – cháu nói.

Tôi ra lệnh cho nó tụt quần và đi tìm chiếc roi. "Con phải đứng thế nào hả mẹ?" – nó hỏi. Và lập tức tôi cảm thấy lúng túng (cảm giác bối rối bắt đầu từ lúc cháu với vẻ mặt nghiêm túc và đăm chiêu lựa chọn). Nhưng ý nghĩ phải dạy nó đến nơi đến chốn đã buộc tôi phải quất mấy roi. Ngay sau đó tôi đã cảm thấy rất xấu hổ. Cảm giác mình đã xúc phạm đứa bé mà trong chuyện này đã xử sự đường hoàng hơn mình trong cơn "tức giận". Mà liệu có phải tức giận không? Ban đầu là lo lắng đến chết, sau đó khi đã tìm thấy thằng bé, mọi thứ dịu đi và trong đầu tôi xuất hiện ý nghĩ "cần trừng phạt!". Tôi nghĩ nếu tôi cho cháu biết ngay là tôi lo lắng thế nào, cháu đã hiểu và đã không có cái chuyện xúc phạm ngu ngốc như vậy. Từ đó tôi không bao giờ đánh cháu nữa, khi tôi được biết về "Mẹ (bố) - thông báo" thì tôi đã hiểu phải xử lý các tình huống đó ra sao.

Cho tới giờ chúng ta vẫn nói về vấn đề làm gì khi xuất hiện những xúc cảm tiêu cực về phía chúng ta. Nhưng cũng có thể suy nghĩ về khía cạnh khác: làm thế nào để giảm bớt khả năng xuất hiện các xúc cảm như vậy? Điều này giống như chữa trị và phòng tránh cảm cúm. Khi bạn đã mắc bệnh thì phải dùng thuốc, nhưng trước đó có thể có những biện pháp đề phòng: mặc ấm và rèn luyện thân thể,... Vậy chúng ta sẽ nói về việc phòng ngừa những vấn đề thuộc xúc cảm.

Có một cách khá rõ ràng mặc dù phụ huynh chúng ta rất hay quên.

Nguyên tắc 7

Đừng đòi hỏi ở trẻ điều không thể hoặc khó thực hiện.

Thay vì thế, bạn hãy xem xem liệu mình có thể thay đổi được gì trong tình hình xung quanh.

Ví dụ, cậu bé một tuổi rưỡi đang tò mò muốn biết ổ điện. Bạn lo lắng chỉ sợ con thò tay vào đó. Khuyên bảo, cấm đoán không được, cãi cọ lại càng không. Vấn đề sẽ được giải quyết nếu bạn tìm cái gì đó che chắn ổ điện hoặc mua hẳn cầu chì về lắp đặt.

Dĩ nhiên bạn dễ dàng tìm ra những ví dụ khác về cách bạn đã tránh cho mình và con cái khỏi những tình huống căng thẳng không cần thiết trong cuộc sống thường nhật như thế

nào. Một số phụ huynh che chắn cửa sổ, đặt đồ dễ vỡ lên cao, chuyển đồ gỗ đắt tiền sang phòng khác, để trẻ đi lại dễ dàng, dán giấy tường loại rẻ tiền để trẻ có thể vẽ lên đó.

Tôi ngạc nhiên trước một quy định đơn giản được áp dụng trong các nhà trường của Mỹ: tất cả những bài làm viết (kể cả toán) học sinh tiểu học và trung học phải viết bằng **bút chì,** ở đầu trên kẹp một hòn tẩy. Trẻ có thể dùng tẩy tùy thích. Nhìn thấy thế tôi có suy nghĩ: một ý tưởng dung dị như vậy có thể giúp tránh bao nhiêu giọt nước mắt, thất vọng và va chạm!

Tôi dẫn ra đây ví dụ này vì rằng, thứ nhất, nó minh họa rất tốt cho Nguyên tắc của chúng ta: hãy thay đổi tình hình và vấn đề sẽ biến mất. Thứ hai, giáo viên của chúng ta thử cho học sinh dùng bút chì và tẩy xem sao. Tôi cam đoan không phải vì thế mà trẻ sẽ viết xấu và ẩu hơn. Trái lại, chúng sẽ để ý tới các lỗi hơn vì dễ dàng sửa.

[***][1]

Chúng ta cùng tìm hiểu nguyên tắc tiếp theo.

Nguyên tắc 8

Để tránh những tình huống và va chạm không cần thiết, bạn hãy điều chỉnh những mong muốn của bản thân mình phù hợp với khả năng của trẻ.

Như bạn thấy đấy, Nguyên tắc này giống Nguyên tắc ở trên, nội dung là: thật vô ích khi đòi hỏi ở trẻ điều không thể hoặc rất khó mà trẻ chưa biết. Tốt nhất là thay đổi cái gì đó ở ngoài trẻ, trong trường hợp này là các **mong đợi của bạn.**

Chúng ta xem các ví dụ.

Người mẹ sai cậu con trai bốn tuổi đi mua sữa. Phải đi qua vài nhà, đường nông thôn nhấp nhô, phải lên dốc. Cái bi đông quá to với cậu bé, chạm gần sát đất. Nhưng bà mẹ muốn giáo dục "tính người lớn" và ý thức trách nhiệm cho con nên đã dặn dò nghiêm khắc: "Con chú ý đừng đánh đổ sữa!". Cậu bé trở về với tâm trạng buồn chán kéo lê trên đất cái bi đông gần như trống rỗng. Bà mẹ phẫn nộ

Ví dụ khác.

Cậu bé mười hai tuổi được cha mẹ giao nhiệm vụ trông hai đứa em sinh đôi lên năm và được lệnh: "Phải yên ổn và trật tự nhé!". Thăm bạn xong, trở về nhà, họ thấy trong nhà lộn xộn, một đống bát đĩa bẩn; hai bé sinh đôi đánh nhau, cậu anh quát tháo om sòm.

Gần đây tôi chứng kiến một cảnh thế này:

Bà mẹ cùng cậu con trai năm tuổi và hai người bạn xếp hàng ngoài đường trước tiệm cà phê. Họ đã đứng rất lâu, gần nửa giờ đồng hồ. Cậu bé buồn chán bắt đầu chạy nhảy với một trẻ khác, leo lên các bệ, giá... Chốc chốc bà mẹ lại bỏ dở câu chuyện rôm rả để chấn chỉnh cậu con trai, cố chốt cậu ta vào một chỗ bên cạnh mình. Để cậu ta bớt hiếu động, bà mẹ đưa cậu cầm cái túi khá to. Nhưng đều vô ích. Cuối cùng giận quá, bà quát

cậu ta một trận.

Một người trong hàng đã cứu vãn tình thế. Anh ta quay ra đùa với đứa trẻ. Trò chơi thú vị tới mức bà mẹ bỏ nói chuyện, quay ra quan sát trò vui, miệng cười tủm tỉm.

Sai lầm của người mẹ ở chỗ bà đã đòi hỏi một điều không thể ở đứa trẻ lên năm: bắt cậu bé đứng yên một chỗ lâu. Kết quả là phát sinh tình thế "khó xử".

Phụ huynh nào cũng mong đợi con mình những điều mà họ cho rằng trẻ đã biết hoặc phải biết làm rồi và những điều không được làm. Trong các ví dụ đã dẫn, sự mong chờ quá cao, kết quả là phụ huynh phải gánh chịu những xúc cảm tiêu cực.

Điều vừa nói không có nghĩa là chúng ta đừng "nâng thước ngắm" đối với trẻ, tức chẳng cần giáo dục tính thực tiễn, tinh thần trách nhiệm, biết vâng lời cho trẻ. Trái lại việc này cần làm với trẻ mọi lứa tuổi. Chỉ có điều đừng nâng "cái thước ngắm" đó quá cao. Và quan trọng – nên để ý tới phản ứng của mình. Sự hiểu biết rằng trẻ đang chinh phục tầm cao mới và không thể tránh khỏi thất bại có thể làm tăng thêm tính kiên nhẫn của bạn và giúp bạn có thái độ bình tĩnh trước những bất thành của con cái.

***

Chúng ta đã tiến tới nguyên tắc cuối cùng trong bài học này. Nguyên tắc này là phức tạp nhất mặc dù có thể ghi rất ngắn gọn:

Nguyên tắc 9
Hãy cố không gán cho mình những vấn đề thuộc cảm xúc của con trẻ.

Ý nói gì? Trước đây chúng ta vẫn nói về tầm quan trọng của việc chuyển giao mối quan tâm lo lắng về công việc hàng ngày của trẻ cho chính chúng (các Nguyên tắc 4 và 5). Giờ là chuyện về những cảm xúc của trẻ và *những lo âu quá mức* của chúng ta xung quanh những vấn đề của trẻ.

Bạn đã từng nghe trẻ (thường ở tuổi thiếu niên và lớn hơn) nói những câu như thế này với cha mẹ không: "Thôi mẹ đừng khóc (cuống cuồng, hoảng hốt) nữa, **như vậy chỉ làm phiền con!"?**

Đằng sau những lời đó là nhu cầu của con trẻ tách khỏi cha mẹ cả về mặt xúc cảm: biết tự lập trước những tình huống căng thẳng, có khi nguy hiểm nữa. Dĩ nhiên những lúc như vậy chúng vẫn cần sự quan tâm của chúng ta với một thái độ quan tâm tế nhị, không quấy rầy.

Thế làm gì với những cảm xúc của chính bản thân chúng ta? Bởi lẽ sớm muộn rồi cũng phải liều: lần đầu tiên để con đi một mình qua đường, cho phép cô con gái đã lớn đón năm mới với bè bạn cùng trang lứa. Sự lo lắng của chúng ta là hợp lý và chúng ta dĩ nhiên phải thi hành mọi biện pháp phòng xa. Nhưng nói chuyện thế nào với trẻ? Tôi tin rằng ở đây không có gì thay thế được "Mẹ (bố) - thông báo".

Xin kể một trường hợp.

Cậu bé mười lăm tuổi chuẩn bị cho cuộc picnic leo núi cùng bạn bè.

Cha mẹ lo lắm: một chuyến đi chơi nguy hiểm, phải leo đèo phủ tuyết, vượt qua những dòng suối trên núi mà họ lại không kiểm soát được thằng bé. Người mẹ, dù đã được làm quen với những phương pháp giao tiếp đúng đắn, vẫn không kìm được mình: "Cẩn thận, con nhé. Mẹ xin con đấy!" ("Con - thông báo"). Cậu con xao xuyến đáp: "Mẹ chẳng hiểu gì cả! Mẹ nói những câu đó chỉ làm con thêm lo. Mà tự con cũng biết chứ. Con không muốn nghe mẹ!". "Xin lỗi con, mẹ đã nói điều không tốt – người mẹ sực nhớ ra – Chỉ mong con biết rằng mẹ sẽ rất lo đấy!" ("Mẹ - thông báo")."

Sau này cậu bé kể lại, lúc ở trên núi cậu đã đứng trước sự lựa chọn: vượt qua khe băng bằng chiếc cầu phủ đầy tuyết không an toàn hay đi vòng. "Con nhớ tới mẹ đã bảo mẹ sẽ rất lo, thế là con chọn cách thứ hai."

Khi trẻ đứng trước thử thách thật sự, nó sẽ dễ có sự lựa chọn nếu trẻ biết về tình yêu, về nỗi lo của chúng ta. "Mẹ (bố) - thông báo" không cho nó cớ để "trêu tức", làm theo ý mình, có những hành động hấp tấp, thiếu suy nghĩ.

[BÀI TẬP

Bài tập thứ nhất]**2**

Hãy chọn một trong các câu trả lời của phụ huynh phù hợp nhất với "Mẹ (bố) - thông báo". (Đáp án bạn sẽ tìm thấy ở cuối bài học này).

Tình huống 1: Bạn đã nhiều lần gọi cô con gái ngồi vào bàn. Cô bé đáp: "Con đi ngay bây giờ" – và vẫn tiếp tục làm công việc của mình. Bạn bắt đầu cáu.

Các câu nói của bạn:

- Không biết phải nói với con bao nhiêu lần nữa nhỉ!

- Mẹ bắt đầu cáu khi cứ phải nhắc mãi một việc.

- Con không nghe lời làm mẹ bực lắm.

Tình huống 2: Bạn đang có cuộc trò chuyện quan trọng với người bạn. Đứa bé chốc chốc lại làm gián đoạn.

Các câu nói của bạn:

- Mẹ khó chuyện trò khi cứ bị cắt ngang.

- Đừng cản trở mẹ nói chuyện.

- Con không thể làm gì đó khi mẹ đang nói chuyện à?

Tình huống 3: Bạn về tới nhà mệt lử. Cậu con trai thiếu niên của bạn có bạn đến chơi nhạc, bọn trẻ vui đùa. Trên bàn còn vết tách chúng vừa uống trà. Trong lòng bạn lẫn lộn cảm giác bực bội và tủi thân ("Nhẽ ra nó phải nghĩ cho mình!").

Những lời nói của bạn:

- Con không nghĩ ra là mẹ có thể mệt à?!

- Dọn dẹp bát đĩa vừa ăn đi, con.

- Mẹ buồn và bực mình khi về tới nhà đã mệt lại còn thấy nhà cửa bừa bộn.

Bài tập thứ hai

Xin nhắc lại, khi sử dụng "Mẹ (bố) - thông báo", quan trọng là nói ra chính cảm xúc mà bạn đang trải nghiệm và đúng với cường độ của nó. Hóa ra việc đó không đơn giản: chúng ta quen nghĩ **những lời** cần phải nói với trẻ chứ không phải cảm xúc của chúng ta mà đôi lúc ta dồn nén trong lòng. Bài này đề nghị bạn nghe mình nhiều hơn. Thoạt đầu bạn đừng nghĩ trả lời trẻ thế nào mà cố thử nhận thức xem bạn sẽ có cảm xúc gì trong các tình huống dẫn dưới đây. Lúc đầu chỉ điền vào cột II.

I. Tình huống	II. Cảm xúc của bạn	III. "Mẹ (bố) - thông báo"
1. Đứa trẻ đang chơi cạnh chiếc bàn và dù đã được căn dặn, nó vẫn đánh đổ sữa.		

2. Cậu con trai sinh viên năm thứ nhất mặc quần bò rách đến trường.		
3. Cô con gái đang lớn của bạn phải lòng anh chàng "vô công rồi nghề".		
4. Bạn bước vào phòng (tầng 9) và trông thấy cậu con trai tuổi mẫu giáo đang ngồi trên thành cửa sổ mở toang.		
5. Bạn đang đợi khách đến. Cô con gái cắt một góc chiếc bánh gatô bạn làm để ăn trước.		
6. Bạn vừa lau sàn nhà, cậu con trai về làm lấm bẩn sàn.		
7. Sắp đến giờ chồng về, bạn bảo con gái đi mua bánh mì, cô bé từ chối.		

Bài tập thứ ba

Còn bây giờ - cứ xem như đối diện mỗi tình huống bạn đã ghi cảm xúc (hoặc các cảm xúc) của mình, bạn hãy ghi vào cột III "Mẹ (bố) - thông báo" của bạn. Ví dụ, ở tình huống thứ nhất, câu nói của bạn có thể là: "Mẹ giận khi trẻ con không nghe lời người lớn". Xin nhắc, nên dùng từ "trẻ con" thay cho từ "con" vì nó không có ý công kích.

Bài tập thứ tư

Có lẽ bạn đã đoán ra tôi bổ sung một bài nữa như lời đề nghị bạn hãy sử dụng "Mẹ (bố) - thông báo" trong trò chuyện với con cái của bạn. Có kinh nghiệm, thành công nhất định sẽ đến với bạn. Xin nhắc: đầu tiên hãy xác định xem lúc này ai đang có tâm trạng khó xử; có thực bạn đang ở trong tâm trạng đó không?

Bạn đang tràn ngập cảm xúc? Vậy hãy nói rõ cho chính mình. Còn bây giờ hãy nói cho trẻ biết.

Đáp án bài tập thứ nhất

Tình huống 1

Lời nói 2 sẽ là “Mẹ (bố) - thông báo”. Trong câu đáp lại 1 là “Con - thông báo” điển hình, câu 3 bắt đầu như “Mẹ (bố) - thông báo” và sau đó chuyển thành “Con - thông báo”.

Tình huống 2

“Mẹ (bố) - thông báo” câu 1, cả hai câu còn lại là “Con - thông báo”. Trong câu thứ hai mặc dù khuyết chữ “con”, nhưng hàm ý là như vậy.

Tình huống 3

“Con - thông báo” - câu 3.

Các bậc phụ huynh thường hỏi:

Hỏi: *Nếu “Mẹ (bố) - thông báo” không có hiệu lực thì sao? Chẳng hạn hôm qua thấy con trai đang chuẩn bị đi chơi khuya, tôi bảo cháu: “Mẹ lo vì đã quá muộn rồi” – nhưng cháu vẫn bỏ đi thì sao?*

Đáp: Câu hỏi này tựa câu hỏi chúng ta đã xem xét trong một bài học trước (xem “Các câu hỏi của phụ huynh”, bài học 5). Câu trả lời cũng vậy: không nên nghĩ rằng “Mẹ (bố) - thông báo” và các phương pháp mới khác đạt hiệu quả thực tế nhanh chóng. Ví dụ bắt trẻ học bài, quàng khăn hoặc thôi không đi xem phim là cháu sẽ làm ngay lập tức. Mục đích của các phương pháp này hoàn toàn khác: thiết lập mối giao lưu với con cái, tạo sự hiểu biết lẫn nhau tốt hơn, giúp trẻ tập sống tự lập và có ý thức trách nhiệm. Như bạn thấy đấy, các mục đích nhắm xa hơn và chung hơn.

Tất nhiên có trường hợp sau một lời của bạn là trẻ làm ngay điều bạn muốn. Song quyết định đó là của bản thân đứa trẻ chứ không phải do lời nói của bạn.

Thường thì phải đợi cho tới khi mối quan hệ ổn định. Trẻ phải có thời gian để tin rằng cách thức tiếp xúc của bạn thay đổi theo chiều hướng tốt. Còn trước mắt, câu nói đúng đắn của bạn chỉ là viên gạch con trong tòa nhà mới - một viên gạch không dễ thấy. Nhưng còn cách nào khác đâu, xây nhà thì phải cần đến nhiều viên gạch nho nhỏ.

Hỏi: *Con gái tôi có chuyện tủi thân ở trường. Cháu về nhà nước mắt đầm đìa. Tôi bối rối quá. Làm sao đây?*

Đáp: Điều quan trọng là phải biết lúc này bên nào có cảm xúc mạnh hơn. Tất nhiên, trước mỗi thất bại hoặc tai họa của con cái, chúng ta đều có cảm xúc đáp lại.

Nếu xúc cảm quá mạnh, có thể dùng “Mẹ (bố) - thông báo”, khi đó phó thác cảm xúc cho chính mình để không làm nặng nề thêm tâm trạng của con gái, cho một người lớn khác, cuối cùng là viết ra giấy. Còn sau đó – vì vấn đề chủ yếu là của cô bé đang buồn bực – nên chủ động nghe con gái.

Hỏi: *Chuyển sang “Mẹ (bố) - thông báo” như thế nào trong khi tôi rất bực mình và giận con?*

Đáp: Các nhà tâm lý cho rằng tức giận thường là cảm xúc thứ phát. Nó xuất hiện trên

cơ sở xúc cảm khác nào đó, trên nền cảm xúc đầu.

Vì vậy nếu bạn đang muốn trút xuống trẻ những lời phẫn nộ thì khoan đã, hãy cố tìm hiểu cảm xúc khởi đầu.

Chẳng hạn trẻ nói cục cằn với bạn. Phản ứng đầu tiên của bạn có thể là **buồn bực...**

Họp phụ huynh bạn nghe thấy nhiều lời không hay về con mình, bạn thấy đau khổ, thất vọng, thậm chí cả xấu hổ.

Đứa con về nhà muộn ba tiếng, bắt gặp mẹ đang lo lắng khủng khiếp. Cảm xúc đầu tiên của bạn là sung sướng và nhẹ lòng!

Tốt nhất là biểu lộ chính xác cảm xúc đó:

- Mẹ đau xót và tủi thân.

- Bố rất buồn khi nghe thấy những lời như vậy.

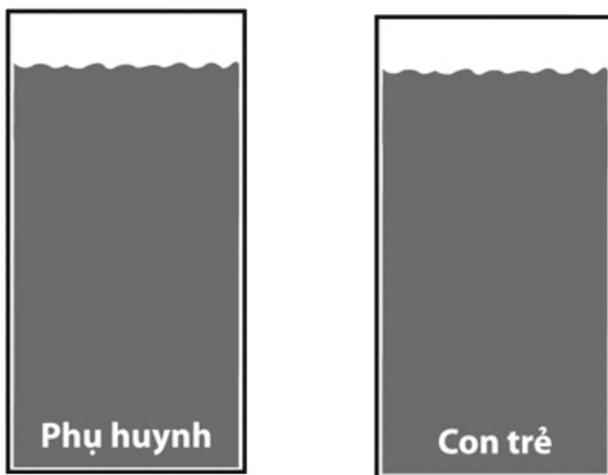
- May quá! Con không làm sao! Mẹ lo quá!

Bạn sẽ nhanh chóng phát hiện ra rằng trong những trường hợp như vậy còn đâu chỗ cho "sấm sét".

Hỏi: *Tôi thường gặp chuyện như sau: đáp lại lời "Mẹ lo lắm" của tôi, con trai tôi nói: "Mẹ đừng lo, con có sao đâu". Thời gian gần đây cháu lại nói (nghe lỏm được ở đâu đó!): "Mẹ lo lắng là việc của mẹ!" Tôi phải làm sao đây?*

Đáp: Nếu con trai bạn đáp lại như vậy thì đó là dấu hiệu chắc chắn bạn đã xâm phạm "lãnh địa" của con, can thiệp vào những chuyện mà nó muốn tự mình giải quyết. Tốt hơn cả trong những trường hợp như vậy là tự hỏi mình: "Liệu việc của nó có liên can tới mình không?". Và nếu chuyện đó không quan hệ gì tới bạn thì hãy để trẻ được quyền tự lo cho bản thân mình. Đằng nào thì lo lắng của bạn cũng chẳng giúp ích được gì mà không chừng lại cản trở trẻ.

– đều rơi vào tình thế khó xử. Hoặc nói bằng từ ngữ khác, cả hai cái cốc đều tràn đầy nước.



Trong những trường hợp như vậy phải làm sao đây?

Mỗi phụ huynh giải bài toán này theo một cách. Một số người bảo: “Nói chung không nên để phát triển thành xung đột”. Có lẽ ý định tốt đẹp... về nguyên tắc. Nhưng, tiếc thay, chẳng ai trong chúng ta được bảo hiểm tránh bất đồng với con cái (và giữa cha mẹ cũng vậy) làm sao mà luôn luôn trùng nhau được.

Khi bắt đầu va chạm, số phụ huynh này không còn cách nào khác là khăng khăng đòi theo ý mình, số khác, ngược lại, cho rằng tốt nhất nhân nhượng, gìn giữ hòa bình.

Đó là hai phương pháp giải quyết va chạm thiếu xây dựng. Tình huống **thứ nhất là: “Phụ huynh thắng cuộc”.**

Ví dụ trong xung đột trước màn hình vô tuyến, người mẹ có thể nói bực dọc:

- Không sao, con cứ ngồi đấy chờ bóng đá. Đừng có giở trò bật lần nữa đấy!

Còn trong tình huống thứ hai lời bà mẹ có thể là:

- Thế nào thì con vẫn phải mua bánh mì về cho mẹ! Cái nhóm thể thao của con chạy đi đâu được. Mà làm sao chẳng bao giờ nhờ con được việc gì hả?!

Trẻ sẽ đáp lại ra sao? Xin nhắc lại, cái cốc của chúng đã đầy tràn, về mặt cảm xúc chúng đã được nạp đạn, mà những lời của người mẹ thì lại toàn mệnh lệnh, buộc tội, đe dọa. Do vậy mực trong “cốc” của cậu con trai hoặc cô con gái chỉ có dâng lên.

- Đó là tại cái phim vớ vẩn của mẹ!

- Không, con không đi! Con không đi – thế thôi, và mẹ sẽ không làm gì được con!

Các bậc phụ huynh thích dùng phương pháp thứ nhất cho rằng cần thiết phải thắng trẻ, bẻ gãy sự chống cự của chúng. Cho chúng thoải mái thì có mà chúng "cưỡi lên đầu lên cổ" mình, "sẽ làm cái gì mà chúng thích".

Họ không nhận rằng chính họ đã nêu một tấm gương đáng ngờ cho con cái: "Bao giờ cũng phải đạt được điều mà mình muốn, mặc kệ ý thích của người khác". Mà trẻ thì rất nhạy cảm với lối xử thế của cha mẹ và chúng bắt chước ngay từ khi còn nhỏ. Bởi vậy trong các gia đình sử dụng sức mạnh, uy quyền với con cái thì sớm hay muộn trẻ cũng làm như vậy. Chúng như trả lại người lớn bài học họ đã dạy cho chúng và lúc đó "gậy ông đập lại lưng ông".

Và còn một kiểu khác của phương pháp này: nhẹ nhàng nhưng kiên trì đòi trẻ phải thực hiện bằng được ý muốn của mình. Thường là kèm theo những lời giải thích mà cuối cùng trẻ cũng đồng ý. Nếu cứ gây áp lực như vậy – đó là chiến thuật thường xuyên của các bậc phụ huynh mà nhờ thế họ luôn luôn đạt được điều họ muốn – thì trẻ sẽ thấm nhuần nguyên tắc khác: "Chẳng ai đếm xỉa đến các lợi ích riêng (nguyện vọng, nhu cầu) của mình, đằng nào thì cũng phải làm điều mà cha mẹ thích hoặc yêu cầu".

Trong một số gia đình, chuyện như vậy tiếp diễn nhiều năm trời và trẻ luôn luôn là kẻ thua thiệt. Như lẽ thường, chúng lớn lên hoặc hung hăng, hoặc thụ động. Nhưng cả hai trường hợp đều tích tụ sự hung dữ, hận đời, quan hệ giữa chúng với cha mẹ không thể gọi là gần gũi và tin cậy được.

Phương pháp giải quyết va chạm thiếu xây dựng **thứ hai: "Chỉ mình trẻ thắng cuộc".**

Các bậc phụ huynh xử lý theo cách này hoặc vì sợ va chạm ("hòa bình bằng mọi giá") hoặc luôn sẵn sàng hy sinh mình, "vì lợi ích con cái", hoặc vì cả hai nguyên nhân.

Trong những trường hợp như vậy, trẻ lớn lên ích kỷ, không quen với nếp sống gọn gàng, ngăn nắp, không biết tự tổ chức cuộc sống của mình. Điều này có thể không thể hiện rõ trong phạm vi gia đình mà "ai ai cũng nhường nhịn", nhưng chỉ cần chúng bước ra khỏi cánh cửa nhà và nhập vào công việc chung nào đó là gặp ngay khó khăn. Ở trường, ở nơi làm việc, trong bất cứ tập thể nào chúng sẽ không được chiều theo ý nữa. Vốn có những đòi hỏi vượt quá mức đối với mọi người xung quanh và không có khả năng đáp lại người khác, chúng trở nên đơn độc, hay bị chế giễu và thậm chí bị hắt hủi.

Trong gia đình như vậy, cha mẹ trăn trở nỗi niềm không bằng lòng với chính đứa con của mình và số phận của mình. Về già những người lớn "suốt đời nhân nhượng" thường rơi vào tình trạng cô đơn và bị bỏ rơi. Và chỉ khi đó họ mới tỉnh ngộ: họ không bao giờ có thể tha thứ cho sự nhu nhược và hy sinh một cách mù quáng của mình.

Như vậy những mâu thuẫn gia đình, to và nhỏ không được giải quyết đúng đắn tất yếu sẽ đem lại "hậu quả tích tụ" mà dưới tác động của nó sẽ hình thành nên những nét tính cách sau này trở thành số phận của trẻ và cha mẹ. Bởi vậy một điều rất quan trọng là lưu ý

tới mỗi va chạm lợi ích giữa bạn và con bạn.

***

Có cách nào để giải quyết mâu thuẫn một cách tốt đẹp? Hóa ra có thể có cách xử lý mà không để bên nào thua thiệt, hơn nữa còn có thể nói cả hai phía đều thắng cuộc. Chúng ta xem xét phương pháp đó tỉ mỉ hơn.

Phương pháp giải quyết mâu thuẫn tích cực là **"Cả hai bên đều thắng cuộc: cả phụ huynh lẫn con cái".**

Xin nói ngay, phương pháp này dựa trên hai kỹ năng giao tiếp: nghe tích cực và "Mẹ (bố) - thông báo". Cho nên tôi xin có lời khuyên, trước hết về mặt thực hành phải nắm chắc tất cả những gì chúng ta đã học qua các bài học trước. Trước tiên bạn cần biết chắc chắn rằng mình đã thành công trong việc nghe trẻ nói và thông báo cho nó biết về những xúc cảm của mình trong trường hợp phức tạp hơn. Chính phương pháp này đã bao hàm vài bước hoặc giai đoạn liên tục. Trước hết xin liệt kê chúng, sau đó mới xem xét từng bước riêng biệt.

- Làm rõ tình huống va chạm.

- Thu thập ý kiến.

- Đánh giá các ý kiến và chọn ra ý kiến phù hợp nhất.

- Cụ thể hóa hướng giải quyết.

- Giải quyết, kiểm tra.

***

Bước thứ nhất: Làm rõ tình huống va chạm

Trước tiên phụ huynh nghe trẻ trình bày. Làm rõ vấn đề của con, cụ thể là: trẻ muốn hay không muốn gì, nó cần gì hoặc đối với nó cái gì là quan trọng, nó đang gặp khó khăn gì,...

Phụ huynh làm việc này theo kiểu **nghe tích cực,** nghĩa là nhất thiết phải nói ra ý muốn, nhu cầu hay khó khăn của trẻ. Sau đó đến lượt phụ huynh trình bày ý muốn hoặc vấn đề của mình, sử dụng hình thức "Mẹ (bố) - thông báo".

Xin dẫn ví dụ về lời đề nghị mua bánh mì.

Mẹ: *Lêna, mẹ nhờ con đi mua giúp mẹ bánh mì. Khách khứa sắp đến mà mẹ vẫn túi bụi bao nhiêu là việc!*

Con gái: *Trời, sắp đến giờ con đến nhóm tập rồi, mẹ ạ!*

Mẹ: *Sắp có giờ tập mà con thì không muốn đến muộn (nghe tích cực).*

Con gái: *Vâng, mẹ hiểu không, buổi tập bắt đầu từ màn khởi động mà con lại không được bỏ.*

Mẹ: *Con không được đi muộn... (nghe tích cực). Còn mẹ thì đang khó xử... Khách đến nơi rồi mà bánh mì thì hết. ("Mẹ - thông báo"). Mẹ con mình làm thế nào bây giờ? (Chuyển sang bước thứ hai).*

Xin nhắc một lần nữa rằng **cần bắt đầu từ khâu nghe trẻ nói.** Sau khi trẻ biết chắc bạn đã nghe thấy vấn đề của nó, trẻ sẽ sẵn sàng nghe vấn đề của bạn, thậm chí cùng bạn tìm cách giải quyết.

Thường khi người lớn bắt đầu tích cực nghe trẻ nói, mâu thuẫn đang căng thẳng sẽ dịu ngay. Điều mà thoạt đầu phụ huynh tưởng là "sự ngang bướng đơn thuần", sau đó lại thấy là vấn đề đáng quan tâm. Và khi đó xuất hiện thái độ sẵn sàng giúp đỡ trẻ.

Sắp sang năm mới thì xảy ra cuộc cãi cọ giữa bố và cậu con trai mười ba tuổi. Thế là hỏng hết buổi đón mừng năm mới và một phần kỳ nghỉ đông của học sinh. Sự việc bắt đầu từ một chuyện vặt: cậu con trai không muốn đi tắm. Sau này kể lại chuyện va chạm đó, người bố vẫn thắc mắc: bình thường chuyện đó chẳng có gì khó khăn, nhưng lần đó có cái gì đó đã cản trở. Có thể tôi đã ra lệnh gay gắt hoặc không phải lúc. Còn sau đó tôi cảm thấy cậu con trai chuyển sang nguyên tắc: muốn giữ lập trường của mình, tỏ ra mình có bản lĩnh. Tôi cũng không chịu đầu hàng. Rốt cuộc thì tôi cũng xua được cháu vào buồng tắm và khóa trái một tiếng đồng hồ cho đến khi cháu tắm xong mới mở. Tất nhiên cháu đã chịu tắm, nhưng sau đó mấy ngày liền bố con không nói chuyện với nhau.

Người bố đã nắm bắt rất chính xác ý của con trai muốn bảo vệ quyền tự lập của mình, nhưng ông đã chọn cách giải quyết xung đột bằng biện pháp thiếu xây dựng.

- Nếu lúc đó anh chủ động nghe con nói thì sẽ ra sao nhỉ? – mọi người hỏi ông bố.

- Tất nhiên sự việc sẽ diễn ra khác đi. Cháu đã tỏ ra bướng như vậy mà tôi cũng chẳng muốn gây áp lực với cháu.

Như bạn còn nhớ, sau khi nghe trẻ, cần nói cho nó biết ý muốn hoặc vấn đề của mình. Đây là thời điểm vô cùng quan trọng. Việc trẻ cần biết nhiều hơn và chính xác hơn về bạn có tầm quan trọng không kém gì việc bạn cần biết như vậy về trẻ. Cần chú ý sao cho lời nói của bạn ở dạng "Mẹ (bố) - thông báo", chứ không phải "Con - thông báo". Ví dụ:

- Mẹ thấy nặng nề và tủi thân khi cứ lủi thủi một mình làm việc cả ngày (Thay vì: "Chúng mày chỉ giỏi trút việc nhà cho mẹ!").

- Mẹ không đi nhanh thế được (Thay vì: "Con bắt mẹ đi nhanh làm mẹ mệt lử!")

- Con biết không, mẹ mong mãi chương trình này (Thay vì: "Sao, con không biết là ngày nào mẹ cũng xem chương trình đó à?!")

Trong tình huống va chạm, chuyển đi “Mẹ (bố) - thông báo” chính xác có tầm quan trọng còn vì lý do khác: người lớn buộc phải suy nghĩ chính nhu cầu nào của mình đã bị hành vi và ý muốn của trẻ xâm phạm.

Côlia quyết định lấy số tiền tiêu vặt của bố mẹ cho để mua kẹo cao su và tem. Nhưng cha mẹ cậu lại muốn cậu dùng số tiền đó mua đồ chơi. Cậu bé khăng khăng không chịu, cha mẹ một mực giữ ý kiến của mình. Kết cục là hai bên trách móc nhau, giận dỗi, cãi vã.

Phụ huynh có lý không? Không! Thử hỏi lợi ích riêng tư nào của họ bị xâm phạm nếu Côlia mua kẹo cao su? Không có chuyện đó. Nghĩa là không có cơ sở để xảy ra xung đột.

Tiếc thay, phụ huynh khá hay dùng biện pháp cấm đoán: “Không được – thế thôi” mà không hề lưỡng lự. Còn nếu trẻ muốn biết vì sao không được thì nói tiếp: “Bố mẹ không phải báo cáo với con”.

Nếu thử báo cáo, ít ra cũng với bản thân mình thì sao? Lúc đó có thể mới sáng tỏ rằng đằng sau “không được” đó chẳng có gì to lớn hơn là ý muốn khẳng định uy quyền của mình hoặc duy trì uy tín của cha mẹ. Về chuyện quyền uy và uy tín chúng ta sẽ nói sau, trong những câu trả lời câu hỏi, còn bây giờ tiếp tục phân tích các bước của phương pháp này.

Bước thứ hai: Thu thập ý kiến

Giai đoạn này bắt đầu từ câu hỏi: “Mẹ (bố) con mình làm sao bây giờ?”, hoặc “Bố (mẹ) con mình biết xử sự ra sao đây?” Sau đó nhất thiết phải đợi để trẻ là người đầu tiên nêu ra cách giải quyết và chỉ sau đó mới đến lượt cha mẹ phát biểu ý kiến của mình. Lúc này không được bác bỏ tại chỗ bất kỳ ý kiến nào dù ý kiến đó theo bạn rất không thích hợp. Ban đầu xếp các ý kiến đó vào “giỏ”. Nếu nhiều có thể ghi lại.

Xin dẫn một ví dụ do bà mẹ là học viên lớp chúng tôi kể lại.

Đi làm về, tôi thấy ở nhà có cậu con trai Pêchia mười hai tuổi và thằng bạn Misa của cháu: chúng đang cùng nhau làm bài. Hai đứa nài nỉ mẹ cho xem một chương trình rất hay bắt đầu vào lúc 11 giờ. Cha mẹ Misa đồng ý cho con ngủ lại nhà bạn.

Nhưng tôi rất mệt và định đi nằm lúc 10 giờ mà tivi lại đặt trong phòng tôi. Hơn nữa, sáng hôm sau bọn trẻ lại đi học, không nên đảo lộn giờ giấc sinh hoạt.

Làm sao bây giờ?

Người mẹ quyết định phương pháp xây dựng xử lý tình huống mâu thuẫn. Lắng nghe hai trẻ nói xong và cho chúng biết nỗi băn khoăn của mình, bà mẹ hỏi: “Chúng ta làm thế nào bây giờ?”. Hai cậu con trai đề xuất vài cách:

- Xin phép cha mẹ Misa được xem vô tuyến tại nhà cậu ấy.

- Cùng xem chương trình sau đó Misa về nhà mình.

- Mẹ và Pêchia đổi chỗ cho nhau, lúc đó hai trẻ vẫn xem được chương trình mình thích mà không ảnh hưởng tới mẹ.

- Cùng nhau chơi đến 11 giờ và sau đó đi ngủ; Misa ngủ ở nhà bạn.

Ý kiến của người mẹ như sau:

- Hai cậu chơi đến 10 giờ rồi tất cả đi ngủ.

- Hai cậu về nhà Misa ngủ.

- Cậu nào ngủ nhà cậu ấy.

-10 giờ bọn trẻ đi ngủ, nhưng mẹ cho phép đọc sách một lúc.

Cần lưu ý: một vài ý kiến của trẻ (ví dụ ý kiến thứ hai) ngay từ đầu người mẹ đã thấy không thích hợp, nhưng bà đã không nói ngay điều đó.

Sau khi thu thập ý kiến là bước tiếp theo.

Bước thứ ba: Đánh giá các ý kiến và chọn ra ý kiến phù hợp nhất

Ở giai đoạn này, "hai bên" cùng trao đổi ý kiến. Tới lúc này "các bên" đã biết quyền lợi của nhau và những bước đi giúp tạo dựng không khí tôn trọng lẫn nhau.

Trong ví dụ người mẹ với hai cậu con trai, giai đoạn này đã diễn ra như sau:

1. Cha mẹ Misa phản đối và ý kiến đề xuất không còn nữa.

2. Không được vì mẹ sẽ thua thiệt.

3. Không tiện cho mẹ vì bà đã quen ngủ ở phòng mình. Ngoài ra bà thường đọc sách trước khi ngủ, phòng Pêchia lại không có đèn đầu giường, đọc dưới ánh sáng đèn trần bà bị đau đầu. Nhân thể Pêchia cho Misa biết xem tivi muộn cậu ta lại "ngủ gật".

4. Người mẹ không phản đối. Pêchia đề xuất tiếp: "Chúng ta vào phòng máy thu và chơi bộ đồ xếp hình". Misa: "Chúng ta xây gara và đường cao tốc".

5. Trẻ thấy không thích hợp.

6. Misa gọi cho cha mẹ xin ý kiến nhưng bà mẹ cậu ta không cho ngủ muộn.

7. Bọn trẻ thấy không ổn: "Chúng con muốn ở cùng nhau".

8. Hai trẻ: "Tất nhiên là thế cũng được nhưng tốt hơn hết là không đọc sách mà chơi một lúc trong phòng Pêchia".

Cuối cùng họ đã chọn phương án 4.

Nếu trong khi lựa chọn cách giải quyết tốt nhất có vài người tham dự – như trong trường hợp này – thì ý kiến hay nhất được coi là ý kiến được mọi người nhất trí.

Xin lưu ý, đây là lần đầu tiên người mẹ thử áp dụng giải pháp xây dựng để giải quyết mâu thuẫn và bà đã làm khá thành công.

Một số phụ huynh có thể không thích quyết định của ba người: như vậy bọn trẻ sẽ đi ngủ muộn; song chúng ta sẽ không bàn luận về tính đúng đắn của quyết định trên. Điều quan trọng là trong tình huống đó, cả người mẹ lẫn hai đứa trẻ đều chấp nhận giải pháp đó. Điều quan trọng hơn đối với chúng ta là chú ý tới diễn biến đi tới quyết định đó, nhận biết những mặt tích cực.

Thứ nhất, chúng ta thấy người nào cũng được người khác nghe mình trình bày. *Thứ hai,* người nào cũng có ý thức tìm hiểu hoàn cảnh của người khác. *Thứ ba*, giữa các bên không có thái độ bực tức, hậm hực; trái lại, giữ được không khí thân thiện. *Thứ tư,* bọn trẻ có dịp nhận biết những ý muốn thực sự của mình, chẳng hạn, hóa ra đối với chúng không phải chuyện xem tivi mà là được một buổi tối vui chơi bên nhau. Điều cuối cùng: trẻ được bài học tuyệt vời về cách thức cùng nhau giải quyết những vấn đề "gay cấn".

Kinh nghiệm của các bậc phụ huynh cho thấy, trải qua nhiều tình huống như vậy, trẻ quen với cách xử lý vấn đề bằng giải pháp hòa bình.

Bước thứ tư: Cụ thể hóa giải pháp đã được chấp nhận

Giả sử gia đình thống nhất rằng cậu con trai đã lớn, phải tự dậy, ăn sáng và đến trường. Người mẹ sẽ không phải dậy sớm lo mọi việc, có thì giờ ngủ đẫy giấc.

Nhưng chỉ có giải pháp chưa đủ. Cần dạy trẻ biết sử dụng đồng hồ báo thức, chỉ chỗ để thức ăn, hâm nóng bữa sáng như thế nào,...

Bước thứ năm: Thực hiện các quyết định, kiểm tra

Lấy ví dụ: cả nhà nhất trí giảm bớt việc cho người mẹ, phân việc gia đình đồng đều cho mọi người. Đi qua hết các giai đoạn, mọi người đi tới một giải pháp chung. Thật tốt nếu ghi vào giấy và treo lên tường (xin xem bước thứ tư).

Giả sử con trai lớn có nhiệm vụ: đổ rác, rửa bát buổi tối, mua bánh mì và đưa em đến lớp mẫu giáo. Nếu trước đó cậu bé làm những công việc đó chưa đều đặn thì thời gian đầu sẽ có trục trặc.

Không nên quở trách mỗi khi trẻ không hoàn thành công việc. Tốt nhất là chờ vài ngày. Chọn lúc thích hợp, khi trẻ và bạn đều rỗi rãi và không có điều gì buồn phiền, bạn có thể hỏi: "Công việc của con ra sao rồi? Làm được chứ?".

Với các trục trặc, tốt nhất để trẻ tự nói. Có thể nhiều đấy. Khi đó nên làm rõ nguyên nhân theo nhận định của trẻ.

Có thể trẻ đã bỏ sót điều gì đó hoặc cần có sự trợ giúp nào đó; hoặc trẻ thích công việc khác "quan trọng hơn".

Để kết thúc, tôi xin có nhận xét sau: giải pháp này không làm cho ai có cảm giác mình thua thiệt. Ngược lại, nó lôi cuốn mọi người cùng hợp tác ngay từ đầu và kết cục là tất cả đều chiến thắng.

Các bậc phụ huynh thường hỏi:

Hỏi: *Bắt đầu áp dụng giải pháp xây dựng như thế nào nếu trước đó trong gia đình chưa làm thế bao giờ?*
Đáp: Tốt hơn cả là bắt đầu từ cuộc trò chuyện chung trong gia đình. Việc này nên làm vào lúc mọi người tập trung đông đủ trong bối cảnh thanh thản. Bạn cho trẻ biết có một "cách" "thỏa thuận" tốt, đó là kể cho chúng nghe phải làm như thế nào và đề nghị cùng thử. Người lớn cũng phải thực sự muốn nghe trẻ. Xin nhắc lại: nghe tích cực là sự hỗ trợ chính.

Hỏi: *Liệu có ảnh hưởng gì tới uy tín của phụ huynh không?*

Đáp: Hãy cùng nhau thảo luận về những khác biệt giữa hai khái niệm: uy tín và quyền uy (độc đoán). Người bị gọi là độc đoán là kẻ vươn tới quyền lực và sử dụng sức mạnh bắt những người khác phải phục tùng. Người có uy tín là người ảnh hưởng tới hành vi của người khác dựa trên sự thừa nhận và kính nể ý kiến, phẩm chất cá nhân của họ: sự am hiểu, thông thạo, tính công bằng,...

Đối với trẻ nhỏ thì cha mẹ là những người chúng kính nể và yêu quý. Trong con mắt của đứa bé, bố là người mạnh mẽ nhất, thông minh nhất, công bằng nhất; mẹ là người đẹp nhất, hiền hậu nhất, tuyệt vời nhất.

Phụ huynh có được uy tín này đơn giản vì họ là những người lớn, còn trẻ thì còn nhỏ, vụng về và yếu đuối. Trong những năm đầu đời, cái uy tín tự nhiên này mang lại cho trẻ rất nhiều. Một cách vô thức chúng "hấp thụ" mọi thứ từ cha mẹ: lối cư xử, óc thẩm mỹ, quan niệm, những giá trị và tiêu chuẩn đạo đức. Nhưng rồi tương quan lực lượng thay đổi dần. Sẽ có sự đồng đều tất yếu về các khả năng của con cái và cha mẹ. Có thể sẽ có chuyện bố không biết cách giải bài toán mà đứa con trai giải dễ dàng, còn mẹ đọc không nhiều bằng cô con gái.

Đến lúc đột biến khi ưu việt của tuổi tác không mang lại uy tín cho cha mẹ nữa.

Vậy chuyện gì sẽ xảy ra lúc đó?

Cha mẹ đứng trước một sự lựa chọn bi đát giữa uy tín xác đáng và uy quyền.

Đường hướng độc đoán là hoàn toàn bế tắc. Uy quyền dựa trên sự phục tùng vô điều kiện hoặc nỗi khiếp sợ bị trừng phạt sẽ mất tác dụng.

Sớm muộn gì trẻ cũng sẽ đứng lên tranh đấu để được tự lập, được quyền tự chi phối các nhu cầu và mục đích của mình và chúng làm việc này với tất cả nghị lực tuổi trẻ của

chúng. Sự việc có khi phát triển thành chiến tranh công khai. Và đến lúc đó nguy hiểm nhất là cảm giác không thể thay đổi được nữa.

Theo quan điểm của chúng tôi, có một lựa chọn: hiểu rằng dùng bạo lực với con trẻ là vô vọng, sớm muộn gì cũng sẽ dẫn tới tuyệt giao. Người lớn bắt đầu mất uy tín khi bắt đầu dựa vào cấm đoán, gây sức ép và mệnh lệnh.

Họ giữ được uy tín nếu vẫn là mẫu mực của sức mạnh và kinh nghiệm. Nhưng không phải là sức mạnh của mệnh lệnh mà là sức mạnh của tinh thần, của nhân cách và cả kinh nghiệm xử thế thông minh, tài trí chứ không phải ở vốn kiến thức máy móc.

Phương pháp chúng tôi vừa mới giới thiệu giúp bạn thể hiện tài trí trong những tình huống khó xử đối với bạn và con bạn, tránh sự chuyển hướng nguy hiểm sang độc đoán.

Hỏi: *Liệu cách giải quyết va chạm mang tính xây dựng có đòi hỏi quá nhiều thời gian không?*

Đáp: Quả thực, ở đây không thể chỉ bằng một mệnh lệnh đơn giản “kiểu nhà binh” là xong: cũng phải mất tới mười phút, có khi cả nửa tiếng đồng hồ.

Nhưng xin bạn lưu ý: thứ nhất, thời gian đó không mất mà lại được: con trẻ và cả gia đình trong những giờ phút đó có thêm kinh nghiệm đối xử thân thiện với nhau.

Thứ hai, nếu không giải quyết, mâu thuẫn sẽ lặp lại. Lúc đó thời gian tranh luận, cãi vã sẽ nhiều hơn nhiều so với xử lý một cách hợp lý.

Thứ ba, nhiều phụ huynh có nhận xét: từ khi áp dụng phương pháp giải quyết đúng đắn, va chạm ngày một ít đi và nếu có xử lý cũng nhanh hơn.

Hỏi: *Làm thế nào nếu không thể tìm được giải pháp phù hợp với mọi người?*

Đáp: Theo thường lệ nỗi niềm lo ngại không tìm được giải pháp phù hợp với mọi người không được xác nhận. Thực ra, tâm lý này xuất hiện tự nhiên, giống như đứng ngoài quan sát cảnh tượng hai con dê đi qua cầu. Nhưng chính vấn đề là ở chỗ đó – phương pháp của chúng tôi bao hàm sự quan tâm của cả hai phía trong việc tìm ra giải pháp chung. Trong trường hợp này nó kích thích sự sáng trí và tinh thần sẵn sàng hợp tác.

Hỏi: *Khi trẻ gặp nguy hiểm mà nó thì cứ làm theo ý mình thì phải làm thế nào; ở đây cũng cần có giải pháp chung sao?*

Đáp: Nếu tính mạng của trẻ phụ thuộc vào hành động khẩn trương của bạn thì dĩ nhiên cần hành động cương quyết, không cho phép trẻ cưỡng lại.

Nhưng đối với mối nguy hiểm mà trẻ chưa nhận thức đầy đủ thì mệnh lệnh và cấm đoán như những biện pháp ngăn ngừa không ăn thua.

Thường mọi người hay tranh luận sôi nổi quanh câu hỏi: liệu có nên cho phép trẻ nhỏ

sờ mó ngọn nến đang cháy nếu như nó không nghe và tiếp tục đưa tay gần tới ngọn lửa?

Một số phụ huynh cho rằng họ phải cương quyết cấm, số khác lại cho rằng nên để trẻ bỏng nhẹ nếu nó cứ khăng khăng làm việc đó.

Phải chăng chúng ta vẫn gặp tình thế phải chọn một trong mấy giải pháp trái ngược trong nhiều bối cảnh đời thường? Và trẻ càng lớn thì cái giá phải trả để bản thân có được kinh nghiệm càng đắt! Vậy xử sự như thế nào là đúng đắn?

Tất nhiên ở đây không có lời giải đáp tổng hợp. Song cần nhớ rằng nếu thường xuyên ngăn ngừa trẻ, chúng ta lại làm cho chúng dễ gặp nguy hiểm hơn, bởi lẽ không tạo cho chúng ý thức trách nhiệm đối với các hành vi của mình. Trong khi đó biện pháp cùng chung giải quyết mâu thuẫn đã thành công trong thực tế có thể là một cách giáo dục trẻ ý thức cảnh giác và thận trọng.

Hỏi: *Cần xử sự thế nào khi trẻ va chạm với nhau?*

Đáp: Không còn gì tệ hơn khi giữa tiếng la hét của trẻ vang lên giọng quát tháo của phụ huynh: "Có im ngay không nào!", "Mẹ (bố) lại cho cả hai đứa...". Và có lẽ tệ hơn nữa là phụ huynh bênh một trong hai trẻ mà thường là đứa nhỏ hơn. Điều này có thể làm đứa nhỏ hư còn đứa lớn tủi thân, lâu dài phát sinh tâm lý ghen ghét.

Trong phần lớn trường hợp, để trẻ tự giải quyết cũng không tồi. Có thể chuyển đi "Mẹ (bố) - thông báo" kiểu: "Mẹ (bố) không thích khi trong nhà la hét như vậy", "Mẹ (bố) thích khi các con tự phân giải lấy".

Nhưng cũng có trường hợp phụ huynh tham gia giải quyết mâu thuẫn giữa con cái như người trung gian. Lúc này giải pháp xây dựng rất có ích.

Tất nhiên bắt đầu nên từ việc lắng nghe các bên.

Có một điều rất quan trọng khi làm việc này là tuân thủ nguyên tắc sau: trong lúc bạn đang nghe một trẻ và trẻ này bắt đầu cảm nhận rằng bạn đang tìm hiểu vấn đề của nó thì bằng cách nào đó, bạn cho trẻ kia biết rằng rồi nó cũng sẽ được lắng nghe như vậy. Bạn hãy tin chắc: trẻ kia theo dõi giọng trò chuyện của bạn và khi không thấy có lời khiển trách, lại nghe thấy giọng nói hiền hòa của bạn, nó sẽ kết luận bạn có cảm tình với "đối thủ" của nó. Bởi vậy khi lắng nghe cảm xúc của trẻ này, thật tốt nếu bạn bằng ánh mắt, cử chỉ, cái gật đầu gửi trẻ kia tín hiệu: "Mẹ (bố) vẫn nhớ còn con nữa và sau đây mẹ (bố) sẽ sẵn sàng lắng nghe con nói".

Chúng ta cùng xem xét ví dụ về cuộc trò chuyện với trẻ kiểu như vậy.

Bố: *Các con biết không, bố vừa vào phòng tắm và rất khó chịu khi thấy trong đó bừa bãi quá: khăn tắm nhàu nát, nước đọng trên sàn nhà, bồn tắm chưa rửa... (Bố - thông báo).*

Marina: *Tại anh Xasa đấy bố ạ, anh ấy chẳng bao giờ chịu dọn dẹp phần của mình*

cả!

Xasa *(giận dữ): Không đúng, có mày vứt lung tung ra thì có!*

Marina: *Không phải, anh ấy!*

Xasa: *Không phải, mày thì có!*

Mẹ: *Mẹ khó chịu nhìn cảnh tượng này (Mẹ - thông báo). Này Marina, con muốn nói là lúc con tắm xong đi ra mọi cái ngăn nắp (nghe tích cực).*

Marina: *Dạ, không hẳn là ngăn nắp nhưng không có chuyện như sau đó...*

Xasa: *Đúng vậy, chính là "không ngăn nắp"!*

Mẹ: *Đợi tí Xasa, mẹ cũng sẽ nghe con trình bày. Vậy là, Marina, con cũng không dọn hết (tiếp tục nghe tích cực).*

Marina: *Có thể một vài thứ...*

Mẹ *(với Xasa): Và con, Xasa thấy tủi thân khi mọi chuyện đều đổ cho con (Xasa gật đầu). Vậy mẹ hiểu thế này: người nào cũng thấy trong sự lộn xộn đó có phần "đóng góp" của mình. (Người mẹ tổng kết những điều đã nói). Bố thì khó chịu khi bước vào đó (mẹ tích cực nghe bố nói) và cả mẹ, thú thật, cũng vậy (Mẹ - thông báo). Chúng ta làm thế nào bây giờ? (Câu hỏi then chốt, khi mà mọi người đã được nghe mình trình bày và không khí căng thẳng đã dịu bớt).*

Xasa: *Người nào dọn phần người nấy (người mẹ chờ xin ý kiến của các con).*
Mẹ: *Nghĩa là mỗi chiếc tất, chỗ nào trên sàn có nước là chúng ta gắn lên đó dòng chữ: "Xasa", "Marina" (tính chất hài hước thường làm tình thế bớt căng thẳng).*

Xasa *(tủm tỉm): Đâu đến mức độ như vậy.*
Marina: *Con sẽ lau sàn và rửa bồn tắm, còn anh Xasa dọn dẹp phần còn lại (thêm một ý kiến)*

Xasa: *Được, con đồng ý.*

Mẹ: *Thôi được, mẹ cảm thấy cách giải quyết như vậy phù hợp với tất cả. Khi nào thì các con bắt tay vào làm, ngay bây giờ hay ăn cơm tối xong? (Cụ thể hóa giải pháp).*

Xasa: *Việc gì phải đợi, làm ngay bây giờ đi (Marina gật). Thế "dọn phần còn lại" là thế nào ạ?*

Mẹ: *Chúng ta đi xem đã. (Tất cả cùng đi). Theo con, phải làm gì ở đây?*

Xasa: *Khăn lau, tất... còn xà phòng và xơ kỳ lưng... (Cụ thể hóa giải pháp).*

Trẻ dọn dẹp nhanh chóng, bữa tối trôi qua êm ấm. Vụ va chạm bị lãng quên, còn bọn

trẻ có thêm được bài học về cách giải quyết mâu thuẫn không phân thắng, bại.

Bài học thứ chín

Thế còn kỷ luật thì sao?

Trong các bài học trước, chúng ta nói nhiều tới xúc cảm và tâm trạng của trẻ, cả về vấn đề nghe và thấy chúng, hiểu và chấp nhận chúng như thế nào.

Tôi thấy trước sự nóng lòng chờ đợi của phụ huynh: vậy bao giờ mới tới chuyện **kỷ luật** và vâng lời? Vì vẫn có những quy tắc mà trẻ phải tuân thủ, những yêu cầu mà chúng phải thực hiện vô điều kiện cơ mà!

Không thể không đồng ý với ý kiến này. Dĩ nhiên vẫn có những quy tắc, yêu cầu và đã đến lúc phải thảo luận về chúng. Nhưng tại sao phải đợi đến lúc này? Có lý do chính đáng đấy, bạn ạ: chưa có kỹ năng nắm bắt cảm xúc, tâm lý, quyền lợi và nhu cầu của trẻ và của chính mình, phụ huynh không thể giải quyết vấn đề ổn thỏa. Nhờ các bài học đã qua, chúng ta có được cơ sở cần thiết là các hiểu biết và kỹ năng mới về giao tiếp.

Trong bài học này, chúng ta sẽ sử dụng cơ sở đó không phải một lần.

Xin bắt đầu từ một "bí quyết" mà nhiều phụ huynh sẽ thấy bất ngờ. Trẻ không chỉ cần trật tự và các quy tắc cư xử, mà chúng **muốn** có và **mong đợi** có những thứ đó. Điều đó giúp cha mẹ hiểu cuộc sống, đoán trước, tạo cảm giác an toàn.

Tôi nhớ tới một cảnh thật cảm động. Người mẹ dắt cậu con trai một tuổi rưỡi ra ngoài chơi. Mở cửa xong, người mẹ cứ để như vậy đi ra. Đi được vài bước, bé ngoảnh lại vẻ băn khoăn, rút bàn tay nhỏ xíu ra khỏi tay mẹ, chập chững bước tới chỗ cửa và lấy sức sập cửa lại. Thế là đâu vào đấy. Nhìn người mẹ, tôi bắt gặp nụ cười ngượng ngùng.

Dĩ nhiên mọi người đã gặp những ví dụ về tính "bảo thủ" tốt đẹp của con trẻ: bạn đọc sách hoặc kể câu chuyện cổ tích cho cậu bé chưa đi học nghe. Điều đáng ngạc nhiên trước hết là trẻ không thấy chán quyển sách hoặc câu chuyện đó, nó sẵn sàng nghe không biết bao nhiêu lần cho dù đã thuộc lòng. Và bạn thử thay đổi điểm gì đó là có ngay lời phản đối: "Không phải như thế, bố bỏ sót rồi", "Không, nó không bảo thế mà nói như thế này...".

Xin dẫn một trường hợp thực tế của bản thân để thấy việc phá trật tự có thể làm trẻ bực bội và thậm chí khiếp sợ như thế nào.

Một lần tôi được nhờ đến nhà chơi với một cô bé lên ba. Cha mẹ cháu là bạn của tôi. Trước đó tôi chưa gặp bé, nhưng được biết cháu có tính hay lo. Nhưng cha mẹ cháu tin tưởng ở "trình độ tâm lý học" của tôi và tôi cũng vậy. "Nào, cô cháu mình tìm cái gì thật hay chơi đi – tôi bảo với cháu – xây nhà, chẳng hạn!". Ký ức tuổi thơ của bản thân và những quan sát trẻ con khác cho phép tôi tin rằng bé sẽ thích. "Thế là như thế nào hả cô?" – cô bé

hỏi rụt rè. Và thế là tôi say sưa biểu diễn. Tôi dựng ngược cái ghế, đẩy chúng lại gần với nhau rồi trùm chăn lên trên. Đang định lấy cả chiếc đèn bàn đặt vào trong nhà thì... ngay lúc đó có tiếng khóc thất thanh của cô bé: "Cô xếp ngay các thứ vào chỗ cũ đi!" – cô bé sợ hết vía nói với tôi. Mãi sau này tôi mới biết cha mẹ cháu chưa bao giờ để nhà mình lộn xộn như vậy.

Bằng linh cảm, trẻ cảm thấy phía sau "không được" của cha mẹ là sự quan tâm, lo lắng về chúng. Một thiếu niên đã chua chát thú nhận rằng cha mẹ cậu chẳng yêu thương cậu, cho phép cậu làm nhiều điều, kể cả những điều mà trẻ khác bị cấm đoán. "Theo cháu, chẳng qua bố mẹ cháu không thèm để ý tới cháu" – cậu bé buồn bã kết luận.

Xuất hiện câu hỏi: nếu trẻ cảm thấy mình được che chở trong những hoàn cảnh có trật tự, nền nếp và những quy tắc cư xử nhất định thì tại sao chúng chỉ chờ có dịp là phá vỡ trật tự và các quy tắc đó? Vì sao phụ huynh, các cô phụ trách, thầy cô giáo hay than phiền về điều này?

Có thể nêu ra đây nhiều lý do, nhiều hơn chúng ta tưởng. Về vấn đề này chúng ta sẽ nói chuyện sau, vào cuối bài học. Lúc này xin nói ngay là trẻ phản đối không phải chính những quy tắc mà là cách thức **"ứng dụng"** chúng (bạn có nhất trí là bản thân hai từ quen thuộc với tai ta đó đã cho thấy phải dùng tới sức mạnh).

Bởi vậy chúng ta đặt câu hỏi theo cách khác: **làm thế nào đưa trẻ vào khuôn phép mà không gây va chạm?**

Tôi nghĩ phụ huynh nào cũng mơ ước có được một kiểu kỷ luật như vậy. Tất nhiên đây là một nhiệm vụ giáo dục khó khăn nhất và rất tế nhị. Bởi lẽ trẻ lớn lên có thành người biết tập trung tư tưởng, có tinh thần trách nhiệm hay không là tùy thuộc vào phương pháp chúng ta tiến hành công việc này.

***

Có vài quy tắc giúp bạn chấn chỉnh và duy trì kỷ luật trong gia đình mà không gây ra mâu thuẫn.

Quy tắc thứ nhất

Các nguyên tắc (hạn chế, đòi hỏi, cấm đoán) nhất thiết phải hiện hữu trong cuộc đời của mỗi đứa trẻ.

Ghi nhớ này đặc biệt bổ ích với các bậc phụ huynh cố không gây phiền muộn cho con cái và tránh va chạm với chúng. Kết quả là họ bị chính đứa con của mình chi phối. Đây là kiểu giáo dục dung túng. Hậu quả của kiểu giáo dục này chúng ta đã bàn tới trong bài học trước (xem bài học 8, phương pháp giải quyết mâu thuẫn thiếu xây dựng).

Quy tắc thứ hai

Các nguyên tắc (hạn chế, đòi hỏi, cấm đoán) không được quá nhiều và phải linh hoạt.

Như bạn đã hiểu quy tắc này phòng ngừa rơi vào thái cực khác – giáo dục theo kiểu "vặn êcu", tức kiểu giao tiếp độc đoán (xin xem phương pháp giải quyết mâu thuẫn thiếu xây dựng thứ nhất).

Cả hai quy tắc trên đều bao hàm ý thức có chừng mực, sự sáng suốt đặc biệt của phụ huynh trong khi giải quyết những vấn đề "được phép", "nên" và "không được".

***

Để tìm ra điểm chung giữa kiểu dung túng và độc đoán, chúng ta dựa vào hình ảnh bốn vùng màu hành vi của trẻ: xanh lá cây, vàng, da cam và đỏ (ý tưởng vùng là của một nhà tâm lý người Mỹ, chúng tôi thay đổi và bổ sung theo ý của mình).









Chúng ta đưa **xanh lá cây** vào tất cả những gì trẻ được phép làm **theo sự suy xét**

riêng và ý thích của chúng. Ví dụ, chơi đồ chơi gì, khi nào thì ngồi vào bàn học bài, ghi tên sinh hoạt lớp ngoại khóa nào, kết bạn với ai,...

Khi tìm kiếm ví dụ, thú thật tôi đã gặp khó khăn: hóa ra những việc trẻ được phép tự chọn mà tất cả phụ huynh đều đồng ý không nhiều lắm. Chẳng hạn một số người lớn cho rằng phải kiểm soát thời gian học bài của trẻ, theo dõi trẻ ra ngoài đường chơi với ai,... Một mặt họ lo lắng cũng có lý, mặt khác, theo tôi nghĩ, chính bản thân họ cũng vui nếu trút bỏ được gánh nặng công việc không cần thiết.

Những việc mà trẻ được **tương đối tự do** làm nằm trong vùng **màu vàng.** Chúng được phép hành động theo sự lựa chọn của bản thân, nhưng trong khuôn khổ nhất định. Nói cách khác, trẻ có thể tự quyết định, nhưng với điều kiện tuân thủ một số quy tắc. Ví dụ, ngồi vào bàn học bài lúc nào tùy ý, nhưng tới 8 giờ tối là phải học xong. Có thể dạo chơi ngoài sân nhà mình, nhưng không được đi xa.

Vùng này rất quan trọng vì chính ở đây trẻ được rèn luyện ý thức tuân thủ kỷ luật theo cơ chế chúng ta đã biết – từ ngoài vào trong. Thời gian đầu phụ huynh giúp trẻ kìm chế những xung động tự nhiên, biết thận trọng và học cách kiểm soát bản thân dựa vào chính những quy tắc đã được ấn định trong gia đình. Quen dần với các quy định đó, trẻ sẽ hành động tự nhiên hơn. Nhưng việc này chỉ xảy ra khi xung quanh các quy tắc không có mâu thuẫn thường xuyên.

Bởi vậy việc tập cho trẻ chấp nhận các yêu cầu và giới hạn một cách thoải mái phải trở thành **đối tượng quan tâm đặc biệt** của bạn. Trong mỗi trường hợp, hãy từ tốn (nhưng ngắn gọn!) giải thích lý do bạn yêu cầu. Lúc này bạn nhất thiết phải nhấn mạnh cái mà trẻ được tự do lựa chọn. Khi trẻ cảm thấy tinh thần tự do và ý thức tự lập của chúng được tôn trọng, chúng dễ dàng tiếp nhận các hạn chế do cha mẹ đặt ra hơn.

Xin dẫn ví dụ về một cuộc đối thoại thành công giữa người mẹ và cậu bé Pêchia lên năm.

Pêchia với lấy hộp bánh quy.

Mẹ: *Bây giờ không phải lúc ăn bích quy, đến bữa cơm sẽ mất ngon miệng. (Hạn chế với lời giải thích ngắn gọn).*

Pêchia: *Nhưng con thích!*

Mẹ: *Con sẽ được ăn, nhưng phải cuối bữa tối. (Cho phép có điều kiện).*

Pêchia: *Con không muốn ăn bữa tối!*

Mẹ: *Nghĩa là lúc này con chưa đói. (Nghe tích cực). Được, mẹ con mình có đủ thời gian đợi bố về. Bố về chúng ta sẽ cùng ăn. Nhưng nếu con đã đói thì mẹ có thể cho con ăn trước (Cho thấy có sự lựa chọn). Bữa tối con muốn ăn casa hay khoai tây chiên? (Được lựa chọn).*

Pêchia: *Tất nhiên là khoai tây chiên và ăn cùng bố ạ!*

Nhưng cũng gặp những tình thế mà chúng ta đành phải phá các quy tắc mà chúng ta đã ấn định. Các trường hợp như vậy rơi vào vùng màu da cam.

Màu da cam là vùng mà ở đó chúng ta không hoan nghênh những hành vi của trẻ, nhưng vì những **hoàn cảnh đặc biệt** mà lúc này chúng được phép làm. Ví dụ, sau thời gian vắng mặt lâu, người bố về tới nhà lúc 10 giờ tối, đứa trẻ được phép chưa đi ngủ để đợi bố và thậm chí ngày hôm sau nghỉ không đến lớp mẫu giáo. Hoặc: trẻ nhỏ gặp ác mộng, người mẹ có thể bế bé vào giường mình cho tới khi bé yên lòng.

Chúng ta biết rằng ngoại lệ có tác dụng xác nhận quy tắc; không nên sợ những ngoại lệ như vậy nếu quả thật chúng hợp lý và không nhiều. Đổi lại trẻ sẽ hàm ơn cha mẹ đã sẵn sàng đón nhận những lời cầu xin đặc biệt của chúng. Khi đó chúng sẽ sẵn sàng tuân thủ các quy tắc trong những tình huống thông thường.

Cuối cùng, vùng màu đỏ là những hành vi mà trẻ **không được phép làm trong bất cứ hoàn cảnh nào**. Đó là những việc dứt khoát "không được" và không có ngoại lệ.

Không được đánh, véo hoặc cắn mẹ, bắt nạt các em nhỏ... Danh sách này "lớn lên" cùng trẻ và dẫn dắt chúng tới những chuẩn mực đạo đức và những điều xã hội nghiêm cấm.

Như vậy tất cả các vùng gộp lại cho ta thấy năm bảy kiểu quy tắc và hoàn toàn có thể chọn điểm "chung" giữa sẵn sàng thông cảm và phải cứng rắn, giữa linh hoạt và kiên định trong quá trình giáo dục ý thức kỷ luật của con trẻ.

***

Quy tắc thứ ba

Các yêu cầu của phụ huynh không được trái ngược với những nhu cầu thiết yếu nhất của trẻ.

Chẳng hạn, phụ huynh thường bực mình trước tính hiếu động "quá mức" của trẻ: sao chúng cứ phải chạy, nhảy, chơi ồn ào, leo trèo, ném đá, bạ đâu vẽ đấy, mở ra, đóng vào, tháo tung... nhiều như vậy nhỉ?

Câu trả lời rất đơn giản: tất cả những cái đó và nhiều cái khác là biểu hiện nhu cầu vận động, tìm hiểu, luyện tập tự nhiên và vô cùng quan trọng đối với sự phát triển của trẻ. Chúng cần vận động, tìm hiểu sự vật, thử sức mình. Cấm đoán chúng làm những việc đó chẳng khác nào đi ngăn dòng sông đầy nước. Tốt nhất là hướng dòng chảy của nó vào chỗ thuận lợi và an toàn.

Chúng có thể được tìm hiểu vũng nước, nhưng phải đi giày ống; cho phép chúng tháo tung chiếc đồng hồ, nhưng chỉ khi nó đã cũ và không chạy từ lâu; được đá bóng, nhưng không được đá trong nhà và phải cách xa cửa sổ; thậm chí cho phép tập ném trúng đích, nhưng phải đảm bảo không gây thương tích cho ai. Tất nhiên bạn có thể nhận ra những ví

dụ này ở vùng màu vàng, nhưng chúng cũng có thể thuộc khu vực màu xanh lá cây. Muốn vậy cần đặt trẻ vào bối cảnh thích hợp và cho phép nó hành động.

Ví dụ ở một số nước, trong các trường mẫu giáo có phòng ốp gạch men dành riêng cho việc vẽ lên tường. Trẻ nào cũng có thể vẽ bằng bút dạ hoặc màu vẽ tùy thích. Sau giờ học, người ta phun nước rửa sạch căn phòng rồi lại đón các bé khác đến vẽ. Trẻ rất thích những buổi học vẽ như vậy, các cô bảo mẫu cũng thích chẳng kém.

Ví dụ thứ hai liên quan tới lứa tuổi học đường. Bắt đầu từ mười – mười một tuổi, trẻ rất cần giao tiếp với các bạn cùng trang lứa. Chúng tụ tập thành từng nhóm, thường không ở nhà, coi trọng ý kiến của bạn bè hơn người lớn. Rất hay phải nghe phụ huynh của các cô, các cậu đang lớn nói: "Quả thật, bụt chùa nhà không thiêng". Một ông bố là giảng viên đại học nói với cậu con trai của mình: "Giá như con nhìn thấy sinh viên nghe bố nói chăm chú thế nào, cố không để sót một lời, còn con thì...".

Trẻ thường thôi không nghe lời cha mẹ nữa và hệ quả của việc này có thể nguy hại. Để tránh rắc rối thêm, phụ huynh cần hết sức thận trọng khi đưa ra lời cấm đoán "không được đánh bạn", "không đi", "không mặc", "không tham dự...".

Cần tin rằng trẻ không thấy đó là mối đe dọa vị thế của nó trong nhóm bạn bè. Điều sợ nhất đối với trẻ là thành kẻ lập dị hoặc đối tượng chế giễu, không được bạn bè chấp nhận hoặc bị ruồng rẫy, và nếu trên bàn cân, bên này là tư thế của trẻ giữa bạn bè cùng trang lứa, còn bên kia là lời "không được" của cha mẹ, chắc chắn cán cân bên này sẽ nặng hơn.

Đôi khi phụ huynh phải tuyệt đối kiên trì, nhẫn nại và có óc triết lý. Điều này sẽ giúp chúng ta chấp nhận lối ăn mặc chạy theo mốt của thiếu niên, những từ ngữ, câu cú chưa từng nghe bao giờ, những điệu nhạc khó chịu, kiểu tóc tai kỳ quặc và những đồ trang sức lố lăng, váy ngắn cũn cỡn và quần bò thủng lỗ.

Mốt của thiếu niên tựa như bệnh thủy đậu – lây lan rất nhanh, nhiều trẻ chớp lấy ngay, biến hóa thành trang phục đứng đắn hơn hoặc lố lăng hơn cho mình để rồi vài năm sau nhìn lại chúng sẽ phải mỉm cười. Mong sao lúc đó phụ huynh không bị cuốn vào cuộc xung đột với cậu con trai hay cô con gái của mình. Sự nhất trí sẽ không có, còn mối giao tiếp và sự tin cậy sẽ mất hẳn.

Vậy phụ huynh còn gì để làm nữa ngoài việc phải kiên nhẫn và chấp nhận sẽ không thoát khỏi "bệnh đậu mùa"? Theo tôi, còn nhiều đấy và điều chính yếu – tiếp tục là người mang và truyền bá những giá trị chung hơn và vĩnh hằng: tính trung thực, yêu lao động, lòng cao thượng và tôn trọng nhân cách của người khác. Xin lưu ý, nhiều giá trị trong số đó bạn có thể không chỉ trao đổi với đứa con đang lớn của mình mà còn thể hiện trong quan hệ tương hỗ với trẻ – đó là món quà chủ yếu mà sâu tận đáy lòng nó tìm kiếm và hy vọng nhận được ở bạn!

Quy tắc thứ tư

Các quy tắc (giới hạn, đòi hỏi, cấm đoán) phải được người lớn thống nhất với nhau.

Bạn có thấy cảnh: bố nói thế này, mẹ nói thế kia, còn bà nói thế nọ quen thuộc không?

Bố mẹ mua cho Lêna đôi giày rất đẹp, sáng hôm sau cô bé diện đến lớp mẫu giáo.

Lêna: *Con sẽ đi đôi giày mới.*

Mẹ: *Không được, để dành các ngày lễ và có khách đến chơi.*

Lêna: *Không đâu, con muốn ngay hôm nay cơ! (Bắt đầu sụt sùi).*

Bố: *Con đừng buồn, bố con mình sẽ có cách. Nói với mẹ: một lần có thể được không mẹ?*

Mẹ: *Không, mẹ không đồng ý. Trẻ phải được dạy dỗ giữ gìn đồ dùng đắt tiền!*

Lêna (khóc to hơn): Thế thì con sẽ không đi mẫu giáo nữa.

(Bà bước vào).

Bà: *Lại chuyện gì thế? Sáng ra chúng mày đã làm con bé phải buồn, thế là thế nào? Đến đây với bà, cháu, kể bà nghe ai đã làm cháu buồn? À, đôi giày phải không? Ngay hôm nay bà sẽ mua cho cháu, cháu muốn đi lúc nào tùy thích.*

Trong tình huống thế này, trẻ không thấm nhuần được quy tắc, không quen kỷ luật. Trẻ quen đòi bằng được cái mình muốn và còn "chia rẽ" hàng ngũ người lớn trong gia đình.

Nếu người lớn chưa thể thống nhất với nhau thì lúc đó tốt nhất là im lặng. Sau đó khi không còn trẻ ở đó, hãy trao đổi sự bất đồng ý kiến và cố đi đến thống nhất.

Một điều không kém phần quan trọng là thực hiện quy tắc phải nhất quán, triệt để. Nếu con bạn hai ngày liền đi ngủ lúc 10 giờ tối thay vì 9 giờ thì sang ngày thứ ba, bạn sẽ khó bắt nó đi ngủ đúng giờ, trẻ sẽ có lý mà cãi lại rằng ngày hôm qua và hôm kia bạn đã "cho phép" nó.

Xin nhớ rằng trẻ luôn luôn cảm thấy chúng ta đòi hỏi "chắc chắn" và chỉ chấp nhận nó bất di bất dịch. Nếu ngược lại, chúng sẽ quen thói đòi nằng nặc, kêu xin, sách nhiễu.

Quy tắc thứ năm

Giọng thông báo, yêu cầu hay cấm đoán nên thân thiện – giải thích hơn là mệnh lệnh.

Sự cấm đoán nào đối với điều mà trẻ thích cũng đều khó khăn, còn nếu giọng nói lúc đó lại bực tức hay hách dịch thì khó khăn gấp bội.

Chúng ta đã từng trả lời câu hỏi: "Tại sao lại không được hả mẹ (bố)?" là: "Vì mẹ (bố) bảo vậy", "Mẹ bắt phải làm vậy", "Không được, thế thôi!". Trong trường hợp này nên giải thích ngắn gọn: "Muộn rồi, con ạ", "Chuyện đó nguy hiểm", "Có thể ngã đau...".

Lời giải thích cần ngắn gọn và nhắc lại chỉ một lần. Nếu trẻ lại hỏi: "Vì sao hả bố (mẹ)?" thì không có nghĩa là nó không hiểu mà đơn giản là nó đang đấu tranh với ý muốn của mình. Ở đây những điều bạn đã học, ví dụ nghe tích cực, sẽ giúp bạn. Còn mệnh lệnh và "Con - thông báo" chỉ làm trầm trọng thêm tình hình.

Câu nói trong đó bạn cho trẻ biết nguyên tắc nên ở dạng vô nhân xưng. Ví dụ: "Không ai lại chơi diêm" thay vì: "Cấm con không được chơi diêm!", "Kẹo ăn sau bữa trưa, con ạ" thay vì: "Bỏ ngay kẹo vào chỗ cũ!"; "Đuôi của mèo không phải để túm" thay vì "Có thôi hành hạ con mèo không nào!".

Chúng ta xem xét hai ví dụ, ví dụ thứ nhất – cuộc trò chuyện thất bại giữa hai mẹ con và ví dụ thứ hai – đối thoại thành công.

Trẻ đang chơi đồ chơi say sưa.

Mẹ: *Đủ rồi, các con, kết thúc đi thôi! (Mệnh lệnh).*

Con trai: *Sao thế hả mẹ? Tại sao lại kết thúc?*

Mẹ: *Các con thừa biết vì sao: các con phải đi ngủ (Mệnh lệnh dưới dạng "Con - thông báo").*

Con gái: *Sao, đã phải đi ngủ rồi hả mẹ?*

Mẹ: *Ừ! Và không được cãi lại! (Mệnh lệnh).*

Người mẹ cất đồ chơi, trẻ tưng hửng và buồn bực trong lòng.

Sẽ tốt hơn nhiều nếu ngay từ đầu hai mẹ con đối thoại theo cách khác.

Mẹ: *Các con ơi, đến giờ nghỉ rồi! (Dạng vô nhân xưng).*

Con trai: *Sao thế mẹ? Sao lại thôi ạ?*

Mẹ: *Đến giờ đi ngủ rồi.*

Con gái: *Sao, đã phải đi ngủ rồi hả mẹ?*

Mẹ: *Mẹ thấy trò chơi rất hay và các con khó mà dứt được ra (Nghe tích cực).*

Con gái: *Đúng, hay lắm mẹ ạ! Mẹ nhìn đây này, chỉ còn hai lượt đi nữa là xong.*

Mẹ: *Được, hai lượt nữa không lâu, mẹ con mình thống nhất như vậy.*

Cả hai con: *Vâng ạ, vâng ạ. Chơi xong chúng con sẽ tự thu dọn.*

Như bạn thấy, ở đây người mẹ giữ một giọng nói thân mật và cho trẻ biết là mình thông cảm, hiểu thấu tình cảnh của chúng. Ý thức kỷ luật của trẻ không vì thế mà kém đi.

Trái lại bọn trẻ đã nhận trách nhiệm dọn dẹp gọn gàng khi chơi xong.

Có một điều rất bổ ích là nhìn thấy trước khó khăn của trẻ trong việc thực hiện yêu cầu và trao đổi cùng trẻ. Ví dụ, nếu biết trước cuốn phim hay và sẽ kết thúc muộn mà trẻ lại nhất thiết phải xem dù "phần đầu cũng được" thì nên báo trước sẽ phải cắt giữa chừng. Đồng thời có thể đề xuất các khả năng khác để trẻ tự chọn, chẳng hạn chơi trò chơi gì đó hoặc nghe đọc sách một lúc trước khi ngủ. Còn nếu trẻ vẫn chọn "phương án" "khó xử" thì cần theo dõi sao cho thỏa thuận được thi hành và trẻ đi ngủ đúng giờ.

Thật tốt nếu trước thời hạn quy định năm bảy phút, ta nhắc trẻ điều đã thống nhất. Đúng hơn trong trường hợp này bạn sẽ là trợ thủ của con mình trong việc thực hiện lời cam kết hơn là "ngài cảnh sát" chán ngấy. Và trẻ sẽ có thêm một kinh nghiệm nho nhỏ về tuân thủ kỷ luật mà không gây mâu thuẫn.

***

Nói về kỷ luật, không thể tránh vấn đề hình phạt. Làm gì nếu đã dùng mọi mưu mẹo mà trẻ vẫn không phục tùng?

Trước hết xin cam đoan với bạn, sau khi đã tuân thủ tất cả năm quy tắc trong các bài học trước, số lần không vâng lời của con bạn sẽ giảm đi rất nhiều, nếu không muốn nói là hết hẳn.

Tuy nhiên, chẳng ai được bảo hiểm khỏi thắc mắc và sẽ có lúc bạn phải phản ứng trước một hành vi xấu.

Vấn đề gây tranh cãi nhiều nhất là hình phạt thuộc về thân thể. Riêng tôi thì chắc chắn phản đối. Nó xúc phạm và làm trẻ căm hận, làm trẻ khiếp sợ và lăng nhục chúng. Kết quả tích cực ít hơn là hậu quả tiêu cực. Duy nhất có một cách tác động lên thân thể không gây thắc mắc là chế ngự cơn nổi nóng của trẻ.

Một lần tôi đã chứng kiến một cảnh thế này ở Mỹ. Khi ngồi trong xe ôtô chờ mẹ ra, Giôn mười lăm tuổi táy máy xoay vôlăng xe. Chiếc ô tô chưa tắt máy (dĩ nhiên cậu này đã không để ý) chồm lên, đâm thủng mảng tường rào và lao vào thân cây. Mọi chuyện xảy ra thật bất ngờ và nhanh chóng!

Cậu thiếu niên mặt mũi đỏ bừng, run lập cập nhảy ra khỏi xe và lao vào nhà, hốt hoảng: "Mình đã làm gì vậy! Mình đã làm gì vậy!". Cô em gái nhìn qua cửa sổ đã thấy hết, đón anh với câu nói châm chọc – và thế là bị anh hất ngã xuống sàn.

Nghe tiếng kêu, người mẹ chạy ra. Nhìn thấy Giôn đang trong tâm trạng như vậy, bà ta túm lấy cậu bé và ấn mạnh xuống ghế đivăng.

- *Mẹ bỏ tay ra* – Giôn cố vùng ra.

- *Không* – người mẹ nói kiên quyết – *mẹ còn giữ cho đến khi nào con bình tĩnh trở lại.*

- *Không, mẹ bỏ con ra* – Giôn giãy giụa – *Mẹ không được quyền! Thế là bạo lực!*

- *Không, Giôn ạ* – người mẹ nói điềm tĩnh, nhưng nghiêm nghị tiếp tục giữ chặt cậu con trai. – *Mẹ không thể buông con ra lúc này, mẹ cứ thế này cho tới khi con có khả năng tự kiểm soát mình. Lúc này thì con chưa làm được chuyện đó.*

- *Nhưng mẹ có biết con đã gây ra chuyện gì đâu!* (Lúc này qua những lời vắn tắt của những người xung quanh, người mẹ đã hiểu chuyện gì xảy ra).

- Mẹ biết rồi, Giôn. Con đã đâm xe làm đổ tường rào. Nhưng đó không phải là chuyện quan trọng. Điều quan trọng đối với mẹ lúc này là con đã **trấn tĩnh lại.** Mẹ không phạt con mà giúp con bình tĩnh lại. Khi nào con bình tĩnh hẳn mẹ con mình sẽ nói chuyện cái ô tô.

Thú thật, đối với tôi đó là bài học đáng ghi nhớ về thái độ sáng suốt và đáng nể của người mẹ đối với cậu con thiếu niên trong một tình huống gay go.

Bạn sẽ bảo ở đây làm gì có hình phạt nào. Có lẽ đúng. Mặc dù trong trường hợp tôi mô tả ở đây, ý nghĩ đầu tiên đến với bậc phụ huynh là trừng phạt. Song trong tình huống đó, *Giôn đã bị chính chuyện xảy ra trừng phạt,* còn người mẹ thấy vai trò của mình ở chỗ giúp con rút ra bài học.

Như vậy, chúng ta lại đụng phải vấn đề về các hậu quả tiêu cực của các hành vi con trẻ: nên hay không nên có những hành vi như vậy? Trước đây chúng ta nói nên, để con có thể học trên các sai lầm của mình. Giờ thì chúng ta có thể bổ sung: nên, để giáo dục ý thức tôn trọng kỷ luật.

***

Hệ quả tự nhiên của việc không nghe lời là một trong những hình phạt xuất phát từ chính cuộc sống, hơn nữa lại quan trọng vì trong những trường hợp như vậy, ngoài mình ra trẻ không còn ai để đổ lỗi.

Đứa bé bị mèo cào hoặc cậu học trò nhận điểm 2 vì không thuộc bài có thể lần đầu tiên cảm nhận được sự cần thiết của các đòi hỏi của phụ huynh.

Một kinh nghiệm như vậy đáng giá hơn ngàn lời thuyết giáo. Hơn nữa chúng ta cũng chẳng thể "trải đệm" khắp nơi, ở những chỗ con cái chúng ta có thể "ngã". Thế nhưng sau này, khi trẻ gặp thất bại, điều đó có thể rất có tác dụng đối với trẻ.

Ở đây không thể thay thế việc nghe tích cực. Xin nhắc bạn, nó giúp trẻ có được kết luận sau sự việc đã xảy ra.

Mặc dù vậy, thỉnh thoảng phụ huynh vẫn muốn thốt ra: "Mẹ (bố) đã bảo mà...", "Không nghe lời thì tự trách thân". Điều này không nên làm. Thứ nhất, trẻ rất nhớ lời căn dặn của bạn; thứ hai, lúc này trẻ buồn bực và không nghe thấy bất cứ lời khuyên bảo sáng suốt nào; thứ ba, trẻ khổ tâm khi phải thú nhận mình sai và nó sẵn sàng bác lại sự đúng đắn của bạn.

Kiểu phạt thứ hai hay gặp hơn, xuất phát từ phụ huynh. Mọi chuyện bắt đầu từ lời ngăn ngừa của bạn: “Nếu con không... thì...”, còn kết thúc là việc thực hiện lời đã hứa. Ví dụ: “Nếu con không thôi nói năng cục cằn, mẹ (bố) sẽ bắt đứng góc nhà”, “Nếu con không dọn dẹp phòng, con sẽ không được đi chơi”.

Các kiểu hình phạt như vậy gọi là **hệ quả có điều kiện** của việc không nghe lời, bởi vì chúng không tự xuất phát từ hành vi của con trẻ mà do cha mẹ định đoạt theo suy xét riêng của mình.

***

Cần có thái độ như thế nào đối với các hình phạt đó? Tôi nghĩ, tránh thì không thể rồi. Nhưng khi áp dụng những hình phạt đó, tốt nhất là tuân thủ một quy tắc vô cùng quan trọng.

Quy tắc thứ sáu

Khi phạt trẻ hãy tước đi của nó điều hay hơn là làm điều xấu với trẻ.

Nói cách khác, khi phạt trẻ tốt nhất là di chuyển theo hướng từ “dấu cộng” đến “số không” hơn là từ “số không” đến “dấu trừ”; số không ở đây ý nói thái độ vừa phải trong quan hệ tương hỗ.

Còn dấu cộng nghĩa là sao?

Ví dụ: trong gia đình đã có lệ đến ngày nghỉ bố và con trai đi câu cá, mẹ cùng con gái làm bánh pirốc hay cả nhà cùng nhau đi dạo chơi...

Dĩ nhiên bạn biết trẻ rất quý những truyền thống gia đình đó. Khi cha mẹ có sự quan tâm dành riêng cho chúng và thích sinh hoạt có mặt chúng, đó thực sự là ngày lễ đối với trẻ.

Tuy nhiên, nếu trẻ không vâng lời hay có lỗi thì nên bãi bỏ “ngày lễ” trong ngày hôm đó hay trong tuần lễ đó.

Đấy có phải một hình phạt không? Dĩ nhiên rồi và khá đau là đằng khác. Và điều chủ yếu – không làm trẻ bực mình và xúc phạm nó. Mà lại rất nhạy cảm với sự công bằng: cha mẹ không dành cho chúng thời gian vì buồn phiền và tức giận, như vậy là chính đáng chứ.

Còn thế nào nếu vì cha mẹ luôn luôn “chẳng có lúc nào”, tất cả sự giáo dục chỉ giới hạn ở những đòi hỏi, nhận xét và những hình phạt “dấu trừ”? Nhưng thông thường trong những trường hợp như vậy, muốn khép trẻ vào kỷ luật khó hơn nhiều. Nhưng điều cơ bản là có nguy cơ để mất mối giao tiếp với trẻ, bởi lẽ tâm trạng bực mình trong trường hợp này chỉ tăng dần.

Vậy kết luận thực tế là gì? Có lẽ đã rõ: cần có nhiều ngày lễ hơn. Bạn hãy nghĩ ra những việc cùng làm với trẻ hoặc tổ chức sinh hoạt, liên hoan gia đình, những cái đó sẽ tạo nên **vùng vui sướng**. Một số công việc, sinh hoạt đó nên tiến hành **thường xuyên** để trẻ

mong chờ và biết rằng nhất định sẽ có những buổi như vậy nếu nó không làm điều gì quá xấu. Hủy bỏ ngay nếu trẻ mắc lỗi đáng kể và bạn thực sự buồn phiền, nhưng không được dọa nạt và tước bỏ chỉ vì những chuyện vặt vãnh.

Vùng vui sướng là "quỹ vàng" của đời bạn với con bạn.

Đồng thời, đó là vùng phát triển sắp tới của trẻ, cơ sở của mối quan hệ thiện chí giữa bạn và con cái, là sự bảo đảm tuân thủ kỷ luật không có va chạm.

Việc cần thảo luận là những trường hợp khó nhất khi phụ huynh, theo lời họ, không sao dạy được trẻ, khi mà việc không vâng lời và mâu thuẫn nảy sinh xung quanh vấn đề kỷ luật trở thành chuyện cơm bữa chứ không còn ngoại lệ. "Nan trị" thường là thiếu niên, nhưng cũng có thể là trẻ mọi lứa tuổi.

Ý kiến của tôi – nếu đó là trường hợp của bạn, nếu sự giao tiếp với con cái đem lại cho bạn lo âu và buồn phiền nhiều hơn là vui vẻ hoặc tồi tệ hơn nữa là đến lúc bế tắc thì xin bạn đừng vội thất vọng. Tình hình có thể cải thiện được, nhưng đòi hỏi nhiều công sức và phải có nghiệp vụ.

Trước hết xin chia sẻ với bạn một điều mà không hẳn bậc phụ huynh nào, thậm chí nhà giáo nào cũng biết.

Thông thường người ta hay buộc tội những đứa trẻ khó bảo, nhất là những trẻ "bất trị", nào là có chủ tâm độc ác, mang gen xấu,... Thực ra những đứa trẻ "khó dạy" thường không phải những trẻ "xấu nhất" mà là những trẻ đặc biệt *mẫn cảm* và *dễ tổn thương*. Chúng "trượt khỏi đường ray" do tác động của những gánh nặng cuộc đời và khó khăn, chúng phản ứng sớm hơn và mạnh hơn so với trẻ đã có nền nếp. Từ đó nên có kết luận: đối với trẻ "khó bảo", phải giúp đỡ và trong bất cứ trường hợp nào cũng không được chỉ trích và trừng phạt.

Nguyên do trẻ không nghe lời kéo dài nên tìm kiếm trong sâu thẳm tâm lý trẻ. Bề ngoài ta có cảm tưởng "đơn giản trẻ không nghe lời, cố tình không hiểu" nhưng thực ra lý do lại khác. Và như lẽ thường, lý do đó thuộc về **tình cảm** chứ không phải duy lý. Hơn thế nữa – cả người lớn lẫn trẻ đều không nhận thức được điều đó. Do đó, **phải biết** các nguyên nhân đó. Sau đây chúng ta sẽ tìm hiểu vấn đề này.

***

Các nhà tâm lý chia thành bốn nguyên nhân cơ bản trong hành vi sai lệch của trẻ.

Nguyên nhân thứ nhất – đấu tranh để được quan tâm. Khi trẻ không nhận được đầy đủ sự quan tâm cần thiết cho sự phát triển bình thường và đời sống tình cảm của chúng (chúng ta đã nói nhiều về vấn đề này) thì trẻ có cách để nhận – không nghe lời.

Cha mẹ đang dở tay, chốc chốc lại quay ra với những lời lẽ nhận xét, phê bình trẻ... Chuyện này không phải dễ chịu gì, nhưng trẻ đã được để ý tới. Thà như vậy còn hơn chẳng có gì.

Nguyên nhân thứ hai – đấu tranh để tự khẳng định mình, chống lại quyền thế quá mức và sự bảo trợ của cha mẹ.

Câu nói nổi tiếng "con tự" của trẻ lên hai được bảo tồn suốt thời thơ ấu và kiên quyết hơn ở tuổi thiếu niên. Trẻ rất nhạy cảm khi nguyện vọng đó bị xâm phạm. Nhưng trẻ đặc biệt khổ tâm khi cha mẹ giao tiếp với chúng chủ yếu là chỉ bảo, phê bình và lo ngại. Phụ huynh cho rằng làm như vậy là họ tập cho trẻ những thói quen đúng đắn, ý thức gọn gàng, ngăn nắp, ngăn chặn sai phạm, tóm lại là giáo dục trẻ.

Điều đó là cần thiết, nhưng mấu chốt vấn đề là ở chỗ: làm việc đó **như thế nào**. Nếu nhận xét, khuyên bảo quá nhiều, phê bình, mệnh lệnh gắt gao, còn lo ngại quá mức thì trẻ bắt đầu tỏ thái độ chống đối.

Người lớn phải đối mặt với thái độ bướng bỉnh, thói tự tiện, hành động ngang ngược của trẻ. Đối với trẻ ý nghĩa của hành vi đó là: bảo vệ quyền tự quyết định công việc của mình và nói chung tỏ rõ cho thấy nhân cách của trẻ. Quyết định của nó có khi thất bại, thậm chí sai lầm, nhưng quyết định đó là của nó và đó mới là điều cơ bản.

Nguyên nhân thứ ba – ý muốn trả thù. Trẻ rất hay giận cha mẹ. Nguyên do có thể rất khác nhau: cha mẹ quan tâm tới em bé hơn; bố mẹ ly dị và trong nhà xuất hiện bố dượng/mẹ kế; trẻ bị tách khỏi gia đình (nhập viện, gửi đến ở với bà); cha mẹ thường xuyên cãi cọ...

Nguyên nhân cá biệt cũng nhiều: lời nhận xét gay gắt, không thực hiện điều đã hứa, phạt vô lý...

Và sâu thẳm trong lòng trẻ lại bị dằn vặt và thậm chí đau khổ, còn bề ngoài vẫn thái độ như vậy – phản đối, không nghe lời, học hành sút kém.

Ý nghĩa của hành vi "xấu" trong trường hợp này có thể diễn tả như sau: "Bố mẹ con làm điều xấu cho con thì đấy – bố mẹ cũng phải khổ với con!..."

Cuối cùng, **nguyên nhân thứ tư – mất lòng tin vào thành công của bản thân.** Có thể có chuyện trẻ khổ tâm vì một điều rủi ro trong lĩnh vực nào đó của cuộc sống, còn thất bại lại xuất hiện ở lĩnh vực khác. Chẳng hạn cậu bé có thể gặp trục trặc trong quan hệ ở lớp, nhưng hậu quả là lơ là học tập, trong trường hợp khác điểm kém ở trường có thể dẫn tới hành vi ngỗ ngược ở nhà,...

Sở dĩ có chuyện này vì trẻ tự đánh giá mình thấp. Kinh nghiệm cay đắng của bao lần thất bại và bị chỉ trích khiến trẻ mất dần lòng tin vào mình. Trẻ đi đến kết luận: "Chẳng việc gì phải gắng sức, đằng nào thì cũng chẳng có kết quả gì hết". Đó là trong lòng, còn thể hiện ra hành vi là: "Con thế nào cũng được", "Con tồi kệ con", "Con sẽ tồi đấy!".

Bạn sẽ nhất trí với tôi rằng trẻ khó bảo luôn mong muốn được cha mẹ quan tâm và yêu thương, nhu cầu nhân cách của mình được chấp nhận và tôn trọng, thể hiện tính công minh, mong muốn thành đạt. Đây là điều tốt và hợp lý. Điều không may của trẻ "khó bảo" ở chỗ, thứ nhất, chúng đau khổ sâu sắc vì không hiện thực hóa được các nhu cầu đó, thứ hai,

mọi việc làm để thử bù đắp thiếu hụt đó lại chẳng bổ khuyết được gì.

Vậy sao chúng lại “thiếu đầu óc” như vậy? Là vì trẻ **không biết** làm cách khác như thế nào, vì vậy mọi lệch lạc nghiêm trọng trong hành vi đó của trẻ lứa tuổi thiếu niên là **tín hiệu cầu cứu.** Bằng cách xử sự của mình, chúng cho chúng ta biết: “Con đang rất khổ tâm! Giúp con với!”.

Liệu phụ huynh có thể giúp trẻ được không? Thực tế cho thấy: hoàn toàn có thể, nhưng muốn thế cần hiểu nguyên nhân sâu xa của việc trẻ không nghe lời. Trước hết cần tìm hiểu trong bốn vấn đề xúc cảm thì vấn đề nào cản trở trẻ tồn tại bình thường. Tùy thuộc vào đó, bạn sẽ có những hành động khác nhau.

Việc tìm ra lý do không đơn giản. Bởi nguyên nhân thì khác nhau nhưng biểu hiện ra ngoài thì giống nhau. Ví dụ, chuyện học kém có thể liên quan tới ý muốn thu hút chú ý và không muốn phục tùng ý thích của người khác, kể cả thử “trả thù” cha mẹ và mất lòng tin vào năng lực của mình.

***

Tuy thế việc phát hiện nguyên nhân của thái độ không nghe lời và hành vi xấu của trẻ lại khá đơn giản, cho dù cách thức có vẻ như nghịch lý: **phụ huynh cần chú ý tới chính cảm xúc của bản thân mình.**

Bạn để ý xem mình phản ứng thế nào khi chuyện không vâng lời và bất phục tùng của trẻ lặp lại. Nguyên nhân khác nhau, phản ứng cũng khác nhau. Và đây là sự thật đáng ngạc nhiên: xúc cảm của phụ huynh tựa như tấm gương phản chiếu những vấn đề ngấm ngầm thuộc cảm xúc của trẻ.

Chúng ta cùng xem những cảm xúc nào của cha mẹ tương ứng với một trong bốn nguyên nhân đã nêu.

Nếu trẻ **đấu tranh để được chú ý** bằng cách không nghe lời và làm những trò lếu láo thì phụ huynh sẽ **bực mình.**

Nếu nguyên nhân thầm kín của việc trẻ không vâng lời là phản kháng lại ý muốn của cha mẹ thì phụ huynh sẽ **nổi giận.**

Nếu nguyên nhân ẩn giấu là trả thù thì cảm xúc đáp lại của phụ huynh sẽ là **tủi giận.**

Cuối cùng, khi trẻ khổ tâm vì thất bại của mình thì phụ huynh sẽ rơi vào tâm trạng **chán chường**, nhiều khi **tuyệt vọng.**

Bạn thấy đấy, xúc cảm có nhiều loại và hoàn toàn có thể biết được cảm xúc nào tương ứng với trường hợp của bạn.

Vậy phải làm gì tiếp theo? Dĩ nhiên đây là câu hỏi then chốt.

Câu trả lời đầu tiên và chung nhất là: *cố không phản ứng kiểu quen thuộc, tức theo cách mà trẻ đã dự tính.*

Vấn đề ở chỗ, trong các trường hợp như vậy hình thành **vòng luẩn quẩn.** Người lớn càng bực mình thì trẻ càng tin chắc một điều: các nỗ lực của nó đã đạt đích và trẻ càng lặp lại kiên quyết hơn.

Như vậy, nhiệm vụ của phụ huynh là chấm dứt phản ứng kiểu cũ và bằng cách đó phá vỡ tình trạng bế tắc.

Tất nhiên, làm được như vậy không dễ. Xúc cảm không ra lệnh được, chúng phát ra tự động, đặc biệt khi mâu thuẫn đã lâu ngày, đã "lên men". Tuy vậy vẫn có thể thay đổi được tính chất giao tiếp! Có thể chặn lại, nếu không phải xúc cảm của trẻ thì ít ra cũng là những gì tiếp sau đó: những lời chỉ trích và hành động trừng phạt. Nếu thời điểm sau đó bạn hiểu ra mình đã có cảm xúc gì thì cũng không khó đoán ra tâm trạng của trẻ: có vấn đề gì, trẻ chống đối cái gì hoặc vì sao nó "phản kháng". Còn sau đó thì dễ dàng chuyển từ vị trí uốn nắn sang vị trí giúp đỡ.

***

Dĩ nhiên sự giúp đỡ trong mỗi trường hợp sẽ khác nhau.

Nếu trẻ đang tranh đấu để được quan tâm thì cần tìm cách cho trẻ thấy thái độ quan tâm tích cực của bạn. Làm việc này tốt nhất vào những lúc bình yên, khi không ai làm phiền ai, không ai bực tức ai. Bạn biết làm như thế nào rồi đấy: tìm ra những việc cùng làm, trò chơi chung hoặc cùng nhau đi dạo. Chỉ cần thử trẻ, sẽ thấy trẻ đáp lại với tấm lòng biết ơn như thế nào.

Còn nếu trẻ không nghe lời, lúc đó tốt nhất không nên để ý tới. Sau một thời gian, nhất định trẻ sẽ phát hiện ra là chẳng có những chuyện đó và nhờ sự quan tâm tích cực của bạn, nó cũng chẳng cần phải có thái độ như trước đây.

Nếu nguồn gốc phát sinh mâu thuẫn là đấu tranh để tự khẳng định mình thì, ngược lại, cần giảm bớt sự kiểm soát đối với công việc của trẻ. Chúng ta đã nói nhiều tới tầm quan trọng trẻ còn có vốn kinh nghiệm tự giải quyết vấn đề và thậm chí cả thất bại.

Trong lúc tiến tới ổn định mối quan hệ, bạn cần kiềm chế để không có những đòi hỏi mà theo kinh nghiệm của bạn trẻ sẽ không thực hiện. Trái lại, sẽ có tác dụng nếu bạn áp dụng phương pháp được gọi là "phương pháp điều chỉnh": bạn không bác lại việc trẻ đã quyết định làm mà trao đổi với chúng về các chi tiết và điều kiện thực hiện. Nhưng còn có cách khác tốt hơn thế để giúp bạn tránh gây áp lực không cần thiết và gò ép trẻ là nhận thức rằng thái độ ngang bướng và tự tiện của trẻ chẳng qua cũng chỉ là kiểu cầu xin vẫn làm bạn bực mình: "Cuối cùng thì cũng phải để con sống với cái đầu của con chứ".

Nếu bạn thấy tủi giận thì nên tự hỏi mình: điều gì đã buộc trẻ gây ra cảm xúc đó cho bạn? *Bản thân trẻ đang buồn vì điều gì?* Bạn đã làm gì hoặc thường làm gì để trẻ phải buồn bực? Dĩ nhiên khi đã hiểu ra nguyên nhân, bạn cần cố gắng loại bỏ.

Tình huống gay go nhất là khi phụ huynh tuyệt vọng còn trẻ thì hết tự tin vào sức của mình. Cách xử sự thông minh của cha mẹ trong trường hợp này là: **chấm dứt đòi hỏi trẻ** “xử sự đúng quy tắc”. Nên “đưa về số không” các mong đợi và đòi hỏi của mình. Chắc chắn là con bạn làm được và thậm chí rất có khả năng trong công việc nào đó. Hãy tìm cho trẻ những nhiệm vụ hợp với sức của nó. Đấy là bàn đạp xuất phát, từ đó bạn có thể tiến lên. Hãy tổ chức những hoạt động chung cùng trẻ vì tự trẻ không thoát ra khỏi ngõ cụt được.

Khi làm như vậy, bạn không được chỉ trích trẻ!

Hãy tận dụng mọi dịp để **khích lệ** trẻ, ghi nhận mọi thành tích dù là nhỏ nhất của trẻ, cố gắng bảo vệ và tránh không cho chúng gặp phải những thất bại lớn. Nên chuyện trò với thầy cô giáo của trẻ và cố để họ trở thành đồng minh của bạn trong việc này. Bạn sẽ thấy: ngay những thành công đầu tiên đã cổ vũ trẻ.

Để kết thúc xin có đôi lời bổ sung: đừng mong chờ vô ích rằng nỗ lực thiết lập hòa bình và kỷ luật trong gia đình có kết quả ngay từ ngày đầu. Con đường đó khá **dài lâu và khó khăn**, đòi hỏi không ít sự kiên trì của bạn. Có lẽ bạn đã biết được các nỗ lực chính phải làm để chuyển những xúc cảm tiêu cực của mình (bực bội, tức giận, tủi hận, thất vọng) thành các hành động có tính xây dựng. Đúng vậy, với ý nghĩa nào đó, phải **thay đổi bản thân mình**, nhưng đó là cách duy nhất để giáo dục đứa con “khó bảo” của bạn.

Trong phần hai cuốn sách này, bạn sẽ được giới thiệu câu chuyện có thật về sự giúp đỡ một “thiếu niên khó dạy”.

Và điều cuối cùng bạn rất cần biết: ban đầu khi bạn đang thử cải thiện mối quan hệ tương hỗ, trẻ có thể xúc tiến các hành vi xấu của nó. Trẻ không tin ngay vào sự ngay thật của các dự định của bạn và sẽ kiểm tra. Bởi thế cần vững vàng trước thử thách quan trọng này.

***

Một số phụ huynh cho rằng đối với trẻ càng nghiêm khắc càng tốt. Chúng ta xem có thật như vậy không. Có đúng là dùng chiến thuật “vặn êcu” có thể đạt được kỷ luật không?

Trong một lần thử nghiệm, người ta biểu diễn cho học sinh lớp lớn xem rôbốt đắt tiền được điều khiển từ xa. Lệnh cấm được đưa ra: trẻ không được phép chơi rôbốt khi người lớn đi ra ngoài.

Với một nửa số trẻ, lệnh cấm được phát ra với giọng rất nghiêm khắc và cứng rắn, đồng thời kèm theo những lời đe dọa thật sự. Đối với nửa kia, sự cấm đoán nhẹ nhàng hơn, nhưng cũng rất rõ ràng.

Cả hai nhóm trẻ đều chấp hành và khi vắng mặt người lớn chúng không tới gần rôbốt.

Mấy tuần sau trẻ vẫn ở trong phòng chơi đó. Phụ trách các em là người khác và không có lời nhắc nhở nào về các điều kiện trước đây. Sau một lúc người phụ trách bỏ ra ngoài: bây giờ trẻ sẽ xử sự thế nào với rôbốt? – chính là điều các nhà tâm lý quan tâm.

Thì ra 14 trong số 18 em nhóm thứ nhất, nhóm bị cấm đoán rất nghiêm ngặt, ngay lập tức nghịch rôbốt. Ngược lại, hai phần ba trẻ nhóm thứ hai, nhóm bị cấm nhẹ nhàng hơn vẫn không tới gần rôbốt như trước đó.

Theo ý kiến của các nhà tâm lý, sở dĩ có chuyện như vậy là vì quyết định không sờ mó đồ chơi là quyết định tự giác của bản thân trẻ. Nhờ âm lượng trong giọng nói của người lớn đã chuyển thành nguyên tắc xử sự bên trong của trẻ. Trẻ tiếp tục áp dụng nguyên tắc này cả trong lần thử nghiệm thứ hai.

Kết luận thực tế suy ra từ thử nghiệm đó và các khảo sát tương tự như vậy: nếu chúng ta muốn tập cho trẻ có ý thức kỷ luật, cần dành cho chúng khả năng tự định đoạt cách xử sự sao cho đúng đắn, để chúng cảm thấy còn phần dành cho chúng tự quyết định.

Hãy để trẻ cùng tham dự trong việc vạch định các quy tắc, hãy nhận được sự ưng thuận chấp nhận từ phía trẻ. Làm như vậy, ngay trong vấn đề kỷ luật, bạn sẽ sử dụng được sức mạnh kỳ diệu của quy luật "vùng phát triển sắp tới" (Xem bài học 3).

Còn chiến thuật "vặn êcu" chỉ dẫn tới các kết quả ngược lại hoàn toàn: trẻ phản đối, các quy tắc bị phá ngay từ cơ hội đầu tiên.

Bài học thứ mười

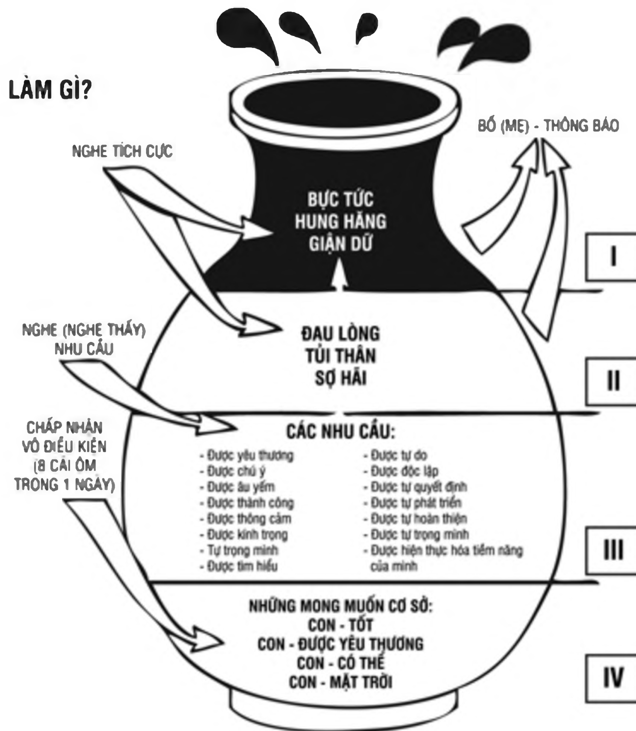
“Bình” cảm xúc của chúng ta

Trong các bài học trước, hình tượng “cái cốc” đã giúp chúng ta trong trao đổi về tâm tư, tình cảm của con trẻ và phụ huynh. Trạng thái bình thản chúng ta so sánh với chiếc cốc trống không, còn xúc động, bực mình, tức giận hoặc vui sướng so sánh với chiếc cốc đầy hoặc thậm chí đầy tràn.

Giờ chúng ta đã được chuẩn bị để chuyển sang tìm hiểu **nguyên nhân của xúc cảm.** Đồng thời trong bài học cuối cùng này, chúng ta cùng nhớ lại và tổng kết nhiều bài đã học qua. Khi kết thúc chúng ta lại quay lại với câu hỏi chủ yếu của phụ huynh: “Vậy thì làm gì?”.

Chúng ta hãy bắt đầu từ những xúc cảm khó chịu: **tức giận, phẫn nộ, hung hăng.** Có thể gọi các cảm xúc đó là những xúc cảm hủy hoại vì chúng hủy hoại chính người đó (tâm lý, sức khỏe) và mối quan hệ tương hỗ với những người khác. Chúng là những nguyên nhân thường xuyên gây ra xung đột, có khi tàn phá của cải vật chất và thậm chí gây ra chiến tranh.

Cùng quan sát “chiếc bình” cảm xúc của chúng ta.



Chúng ta xếp bực tức, hung hăng, giận dữ ở phần trên của bình. Chúng ta sẽ cho thấy các xúc cảm đó thể hiện ở cách cư xử ra ngoài của người ta ra sao. Tiếc thay, đó toàn là những thứ quen thuộc với tất cả mọi người: đặt biệt danh xấu, xúc phạm, cãi vã, đánh nhau, trừng phạt, những hành vi "chọc tức",...

Chúng ta thắc mắc: Vì sao lại xuất hiện cơn tức giận? Các nhà tâm lý giải đáp câu hỏi này hơi đột ngột: Tức giận là cảm xúc phụ, xuất phát từ những tâm trạng hoàn toàn khác như **đau lòng, tủi thân, sợ hãi.**

Chúng ta lấy vài ví dụ trong cuộc sống. Một ví dụ chúng ta đã thảo luận: cô con gái trở về nhà rất khuya và người mẹ ra đón với lời khiển trách phẫn nộ. Cái gì đằng sau thái độ phẫn nộ đó? Tất nhiên là nỗi sợ và lo lắng cho con gái.

Đứa bé tức ông bác sĩ đã tiêm cho bé. Ở đây dễ thấy sự bực tức xuất hiện vì bị đau. Chúng ta còn dạy trẻ tức giận khi chúng va đập đau, chẳng hạn đánh "cái ghế đáng ghét này".

Thằng anh thường xuyên đánh thằng em vì có cảm giác nó được bố mẹ "yêu hơn". Thái độ hung hăng của nó là kết quả của nỗi đau và tủi thân không nói ra lời.

Cô con gái không muốn... (làm bài, rửa bát, đi ngủ) và bạn nổi cáu. Vì sao? Nhiều khả

năng là vì giận, vì tiếc công sức dạy bảo của mình không đem lại kết quả.

Vậy là chúng ta có thể xếp tâm trạng đau lòng, tủi thân, sợ hãi dưới các cảm xúc bực tức và hung hăng như nguyên nhân của các cảm xúc hủy hoại (tầng II của chiếc bình).

Xin lưu ý, tất cả các cảm xúc tầng thứ hai là cảm xúc đau khổ: phần đau khổ ở đây lớn hơn hoặc ít hơn. Bởi vậy không dễ nói thành lời, thường bị lơ đi hoặc giấu kín. Vì sao? Thông thường vì sợ mất mặt, tỏ ra mình là người yếu đuối. Đôi khi chính bản thân người đó cũng không nhận ra (“Đơn giản là con thấy bực tức, còn tại sao thì con không biết!”).

Thường từ nhỏ trẻ đã được dạy cách che giấu cảm xúc tủi giận và đau đớn của mình. Có lẽ không phải một lần bạn đã nghe thấy người bố khuyên bảo cậu con trai: “Đừng gào lên như vậy, tốt nhất học cách chấp nhận!”.

Lời khuyên thoạt nghe tưởng như “vô hại” đó lại là khởi đầu đường hướng mà nếu cứ bước tiếp không ngoái đầu lại thì không khéo sẽ đi đến nguyên tắc “ăn miếng trả miếng”!

***

Nhưng quay lại chiếc bình, chúng ta lại tự hỏi: thế vì sao lại xuất hiện cảm xúc “đau lòng”? Các nhà tâm lý đã có câu trả lời rất rõ ràng: nguyên nhân của tâm trạng đau lòng, tủi thân, sợ hãi là: các **nhu cầu không được thỏa mãn.**

Vì vậy chúng ta trở lại đề tài về các nhu cầu của con người, trong đó có con trẻ.

Mỗi người, không phân biệt tuổi tác, đều cần ăn, ngủ, sưởi ấm, an toàn thân thể v.v... Đó là những nhu cầu vật chất. Chúng đã rõ, vì vậy lúc này chúng ta sẽ không nói nhiều. Chúng ta tập trung vào những nhu cầu liên quan tới giao tiếp, với nghĩa rộng là – đời sống của con người với những người khác.

Dưới đây là danh sách ước chừng (không biết khi nào mới đầy đủ) các nhu cầu đó do các học viên lớp học của chúng tôi nêu ra.

Con người cần:

được yêu thương, được hiểu, được chấp nhận, được tôn trọng, cần thiết và gần gũi với ai đó, tiến bộ trong công việc, học tập, thành đạt trong công tác, có khả năng tự thể hiện mình, phát triển các năng lực của mình, tự hoàn thiện, tự tôn trọng mình.

Trong một đất nước nếu không có khủng hoảng kinh tế và hơn nữa không có chiến tranh thì trung bình các nhu cầu vật chất được đáp ứng nhiều hoặc ít. Nhưng còn những nhu cầu vừa kể ở trên luôn luôn ở trong vùng rủi ro.

Xã hội loài người, cho dù đã có lịch sử phát triển văn minh lâu dài, vẫn chưa học được cách bảo hiểm sự yên ổn về tinh thần (chưa nói là hạnh phúc!) cho mỗi thành viên của mình. Bởi trạng thái hạnh phúc của con người phụ thuộc vào bầu không khí tâm lý của môi trường con người lớn lên, sinh sống và làm việc. Và nó còn phụ thuộc vào hành trang xúc

cảm mỗi người tích lũy được từ nhỏ. Mà không khí và hành trang đó lại tùy thuộc ở cách thức giao tiếp và trước hết là giữa cha mẹ và con cái.

Tiếc thay, chúng ta chưa có trường học giao tiếp bắt buộc. Những kiểu trường như vậy mới đang hình thành mà cũng chỉ trên cơ sở tự nguyện.

Như vậy, bất cứ nhu cầu nào trong danh sách của chúng ta cũng có thể không được thỏa mãn và điều này, như chúng tôi đã nói, sẽ dẫn đến khổ đau, mà còn có thể sản sinh ra những xúc cảm "hủy hoại".

Xin dẫn ví dụ sau đây.

Giả sử một người không may mắn, gặp hết thất bại này đến thất bại khác, nghĩa là nhu cầu thành đạt, được thừa nhận, tự trọng không được thỏa mãn. Kết quả người này có thể thường trực tâm lý thất vọng về năng lực của bản thân hoặc trầm cảm, buồn tủi.

Và chuyện như vậy sẽ xảy ra với bất cứ trạng thái tinh thần tiêu cực nào. **Đằng sau những trạng thái tinh thần tiêu cực, bao giờ chúng ta cũng tìm ra một nhu cầu nào đó chưa được đáp ứng.**

***

Cùng trở lại chiếc bình và xem xem liệu dưới lớp nhu cầu còn có gì không? Hóa ra, có đấy! Thường khi gặp bạn bè, chúng ta hay hỏi "Cậu thế nào rồi?", "Cậu hạnh phúc đấy chứ?" – và nhận được câu trả lời: "Cậu biết đấy, mình vốn là người không may mắn" hoặc "Mọi việc của mình tốt cả, ổn thỏa!".

Các câu trả lời đó phản ánh những xúc cảm đặc biệt – **thái độ đối với chính bản thân mình**, kết luận về mình.

Rõ ràng là những thái độ và kết luận như vậy có thể thay đổi cùng với hoàn cảnh sống. Đồng thời trong đó vẫn có "mẫu số chung" nào đó làm cho người này lạc quan hoặc bi quan, tự tin nhiều hoặc ít, mà như vậy có nghĩa là khả năng chịu những đòn giáng của số phận cũng khác nhau.

Các nhà tâm lý đã dành nhiều công trình khảo cứu các trải nghiệm bản thân mình. Họ gọi theo nhiều cách: tri giác mình, hình ảnh mình, đánh giá mình, nhưng thường là – tự đánh giá mình. Có lẽ từ đạt nhất là của V. Xachi. Bà gọi xúc cảm phức tạp và khó diễn đạt đó là ý thức tự đánh giá mình.

Các nhà khoa học đã phát hiện và chứng minh được vài yếu tố quan trọng. Thứ nhất, họ phát hiện ra rằng ý thức tự đánh giá mình có ảnh hưởng lớn tới cuộc sống, thậm chí số phận một con người. Những đứa trẻ tự đánh giá thấp mình cho dù hoàn toàn có năng lực, nhưng học tập vẫn kém hơn, khó hòa hợp với bạn bè và thầy cô giáo, khi trưởng thành ít thành đạt trong cuộc sống.

Yếu tố quan trọng khác là: ý thức tự đánh giá có cơ sở từ rất sớm, ngay trong những

năm đầu đời của trẻ và tùy thuộc vào thái độ đối xử của cha mẹ với chúng. Nếu cha mẹ hiểu và chấp nhận trẻ, rộng lượng với những “nhược điểm” và sai lầm của chúng thì lớn lên chúng sẽ có thái độ tích cực với bản thân mình. Còn nếu như trẻ luôn luôn “bị dạy bảo”, chê trách và giáo dục nghiệt ngã thì ý thức tự đánh giá mình sẽ thấp và có hại cho bản thân chúng.

Quy luật chung ở đây thật đơn giản:

Khi nhỏ ta chỉ nhận biết mình thông qua lời nói và thái độ đối xử của người thân với ta.

Với ý nghĩa này, trẻ nhỏ không có thị giác bên trong. Hình ảnh về bản thân mình của trẻ được tạo nên ở ngoài, sớm hoặc muộn nó sẽ nhìn thấy mình **như là người khác nhìn thấy nó.**

Song trong quá trình này trẻ không hoàn toàn thụ động. Ở đây còn có hiệu lực của quy luật khác của muôn loài: chủ động tìm cách để đạt được cái mà sự sinh tồn phụ thuộc vào.

Trẻ chờ đợi ở chúng ta lời khẳng định rằng nó tốt, nó được yêu quý, rằng nó có thể làm được những việc vừa sức (và cả những việc khó hơn). Chúng ta ghi lại tất cả những điều này như những khát khao nền tảng của con trẻ và của con người nói chung (tầng IV trong chiếc bình của chúng ta).

Chúng ta thử xem các mong muốn thể hiện ra trong đời sống thường nhật của trẻ như thế nào.

Trong lúc nóng nảy người cha buông một câu với con trai: “Con là thằng tồi!”, cậu bé giậm chân cãi lại: “Không phải, con là cậu bé tốt!”.

Cô bé lên ba trông thấy nét mặt giận dữ của bà liền đề nghị: “Bà bảo: Thỏ con đi!”. Trong ngôn ngữ gia đình, “thỏ con” là cách nói âu yếm, có nghĩa là: “Cháu ngoan của bà” và cô bé rất cần nhận được lời khẳng định yêu thương trong lúc nguy kịch.

Dù trẻ làm gì đi nữa thì chúng cũng cần chúng ta công nhận thành công của chúng.

Ai cũng quen cảnh: bằng ánh mắt và cả điệu bộ (khi chưa biết nói), còn sau đó đã biết nói, trẻ thường đề nghị: “Mẹ nhìn xem con đã làm được cái gì kìa!”, “Bố nhìn xem con biết làm gì rồi!”. Còn bắt đầu từ hai tuổi trở đi, ở trẻ đã xuất hiện câu nói hùng hồn: “Con tự làm!” – lời yêu cầu thừa nhận là nó đã biết làm việc đó!

Chúng ta xếp dưới đáy bình thứ “quý giá” nhất, thứ thiên nhiên ban tặng cho chúng ta – cảm nhận năng lượng sống. Chúng ta mô tả chúng dưới dạng “mặt trời” và ghi chú câu: “Con đây mà” hoặc hùng hồn hơn nữa: “Trời, đây là con mà”.

Cùng với các mong muốn có tính nền tảng, nó tạo nên sự cảm nhận đầu tiên ở bản thân mình, một cảm giác hình thành chưa rõ rệt. Đó là cảm giác yên ổn hoặc bất an trong lòng mà đứa trẻ thật sự cảm thấy. Chỉ cần nhìn trẻ đón nhận một ngày mới ra sao: với nụ

cười hay là tiếng khóc.

***

Số phận tiếp theo của cảm nhận về mình ở trẻ là bị động, có khi bi đát. Mặc dù từ khi lọt lòng trẻ đã tranh đấu cho "mặt trời" của mình, nhưng sức lực của bé có hạn và càng nhỏ thì bé càng dưới quyền cha mẹ.

Xin nhắc lại:

Mỗi một cách đối xử với trẻ - bằng lời, việc làm, giọng nói, cử chỉ, cái nhíu lông mày và thậm chí sự im lặng là cách chúng ta thông báo cho trẻ biết không chỉ về bản thân chúng ta, tâm trạng của chúng ta mà bao giờ cũng là về trẻ và thường chủ yếu về trẻ.

Sau những dấu hiệu chào hỏi, khích lệ, yêu thương và chấp nhận, trẻ có cảm nhận rằng: "Mọi chuyện của mình ổn cả", **"mình tốt"**, còn sau những tín hiệu khiển trách, bực mình, phê phán là cảm giác "có chuyện gì đó không ổn với mình", **"mình tồi".**

Chúng ta thử lấy kính hiển vi soi sự chú ý của chúng ta vào các cảm xúc của trẻ trong hoàn cảnh bình thường.

Xin dẫn chuyện kể của một nhà tâm lý trẻ em.

"Người cha của cháu bé một tuổi đến gặp tôi tư vấn. Ông kể cho tôi nghe rất nhiều chuyện, trong đó có trường hợp như sau. Cậu con trai 11 tháng tuổi của ông được đặt vào cũi cạnh cái bàn. Cậu ta tìm cách leo qua thành cũi lên bàn, đúng lúc đó ông bố bước vào. Cậu con trai đang bò đung đa đung đưa, mặt mày hớn hở, còn ông bố thì hoảng hồn. Ông ta chạy tới bế xốc thằng bé lên, đặt vào chỗ cũ và xỉa ngón tay đe nẹt. Đứa bé òa khóc nức nở và mãi lâu vẫn không hết thổn thức."

"Tôi đề nghị ông bố – nhà tâm lý nói tiếp – thử đặt mình vào hoàn cảnh cậu con trai và hình dung mình 11 tháng tuổi. Anh, khi là cậu bé con, lần đầu tiên trong đời, sau khi bỏ bao sức lực anh hùng đã thoát khỏi cái cũi chán ngấy đến một lãnh thổ mới chưa biết. Anh thấy thế nào?" Ông bố đáp: Sung sướng, tự hào, đắc chí. "Còn bây giờ," tôi nói tiếp, "anh tưởng tượng, xuất hiện người yêu dấu của anh, bố anh, và anh mời ông ta chia sẻ niềm vui của anh. Thay vì làm việc đó, ông ta lại tức giận phạt anh và anh chẳng hiểu vì cớ gì!"

"Trời – người bố thốt lên, hai tay ôm lấy đầu – mình đã làm chuyện gì vậy, tội nghiệp thằng bé!"

Tất nhiên, ví dụ này không có ý nói không nên giữ cậu bé để tránh lộn từ trên bàn xuống. Mà là chuyện khi bảo vệ và giáo dục, ta cần hiểu rõ chúng ta chuyển tới trẻ thông báo gì **về nó.**

Thường trẻ tiếp nhận hình phạt đó với nội dung như: "Mày là thằng tồi!", phê bình sai lầm: "Con không biết làm rồi!", không để ý: "Mẹ (bố) chẳng có can hệ gì tới mày" hay thậm chí là "Ghét mày lắm".

Cái bùng binh xúc cảm của trẻ hoạt động không ngừng và trẻ càng nhỏ thì những gì ta ném vào đó càng có ảnh hưởng khó phai mờ. May thay, đối với trẻ nhỏ, cha mẹ thường dịu dàng và quan tâm hơn, mặc dù chúng cũng không thể tránh khỏi sai lầm như trường hợp dẫn trên đây. Những đứa trẻ càng lớn thì dây đàn "giáo dục" càng rung to và đôi khi chúng ta không còn quan tâm xem cái gì đã đọng lại trong "kho báu" tự định giá của trẻ: những món quà tặng trong sáng của tình cảm như ôm ấp, chấp nhận và khích lệ của chúng ta hay những tiếng quát tháo, chỉ trích, trừng phạt u sầu nặng trĩu.

Hai ví dụ dưới đây minh họa sự chấp nhận và không chấp nhận đã ảnh hưởng như thế nào tới cuộc đời của con người khi còn nhỏ và cả khi đã trưởng thành.

Ví dụ thứ nhất về một người phụ nữ tuyệt vời, mẹ của ba đứa trẻ, mà tôi may mắn được tiếp xúc trong vài tháng. Đấy là một người nhân hậu và hào phóng đến kỳ diệu. Chị thoải mái chia sẻ mọi thứ mà chị có, giúp đỡ mọi người bằng việc làm và tiền bạc. Nhưng điều gây ấn tượng nhiều nhất là tấm lòng bao dung của chị. Khi một người buồn chán hoặc bực bội, chị bao giờ cũng có lời tốt đẹp hoặc nụ cười dành cho họ, khi họ rơi vào tình huống căng thẳng, chị giúp họ tìm cách xử lý thông minh. Khi có mặt chị, mọi vấn đề trở nên đơn giản hơn, bầu không khí có tình người hơn. Năng khiếu đó của chị lôi cuốn tất cả những ai đã tiếp xúc với chị.

Một lần tôi hỏi thẳng chị: "Vì sao chị có tấm lòng nhân hậu và bao dung như vậy?" Và tôi đã nhận được câu trả lời như sau: "Mọi cái thật đơn giản, chị ạ. Ngay khi còn ở trong bụng mẹ, em đã biết chắc là mẹ yêu em và mong chờ em lắm. Và cả sau này, ngay từ những ngày đầu đời, em luôn luôn biết rằng bố mẹ rất yêu quý mình và mình rất quý giá với mẹ cha. Giờ thì đơn giản là em hoàn lại đời những gì em đã nhận được ở cha mẹ mình."

Thiết tưởng không cần nói tới sự quan tâm chăm sóc mà chị đã dành cho người mẹ trong thời gian qua.

Ví dụ khác, tiếc thay, cũng là câu chuyện có thật.

Quan hệ giữa cô bé thiếu nữ 15 tuổi với người mẹ gần như đứt đoạn. Thời gian của cô trôi đi nơi "xó xỉnh" chẳng biết với ai và như thế nào.

Khi cô bé lên bốn, lên năm thường có cảnh như sau: cô bé đến sát tường và đập đầu vào tường. Đáp lại câu hỏi của mẹ: "Mày làm gì vậy? Thôi ngay!", cô bé trả lời: "Không thôi! Con tự trừng phạt mình vì con là đứa tồi!".

Câu chuyện thật xúc động. Mới năm tuổi đời đứa bé đã không biết là mình tốt. Muốn vậy cha mẹ cô phải có thái độ đối xử niềm nở và thắm thiết với con gái. Nhưng tình hình trong gia đình cô bé rất tồi tệ: bố uống rượu, gia đình túng thiếu, thêm đứa con thứ hai, mọi bực bội trong lòng người mẹ trút lên đầu cô con gái lớn. Niềm khao khát có tính nền tảng muốn là "cô con gái ngoan" đã buộc cô bé phải tìm cách tự "sửa" mình. Nhưng cô bé chỉ biết mỗi một cách "sửa chữa" là tự phạt mình và hoàn toàn không biết rằng cách đó không có tác dụng!

Phạt và hơn thế nữa hành động tự phạt mình của trẻ chỉ làm trầm trọng thêm cảm

nhận không may mắn và bất hạnh nơi trẻ. Rốt cuộc trẻ đi đến kết luận: “Mình tồi, mặc kệ! Và mình vẫn sẽ là đứa tồi!” Đó là thách thức mà đằng sau ẩn giấu nỗi niềm tuyệt vọng cay đắng.

Có phải khi nào chúng ta cũng nghe thấy nỗi niềm tuyệt vọng đó?

Cuộc sống cho thấy không phải khi nào cũng nghe thấy. Đứa trẻ không gặp may tiếp tục bị trừng phạt, phê phán và sau đó bị bài xích ở gia đình và ở trường.

Giờ chúng ta đã có thể sử dụng “chiếc bình” cảm xúc để hiểu cặn kẽ hơn mình đang gặp vấn đề thuộc lớp nào trong mỗi trường hợp.

***

Những trẻ mà ngay từ những năm đầu tiên đi học đã được đánh giá “tốt” hoặc “xấu” có cuộc sống thế nào ở trường học đã trở thành đề tài của một công trình khảo cứu.

Nhà tâm lý đã thường xuyên đến dự các giờ học của lớp Một và lớp Hai của một trường học bình thường ở Matxcơva. Ông ta ngồi im lặng sau bàn học sinh cuối lớp sau khi đã cho giáo viên biết ông cần quan sát hành vi của trẻ. Nhưng thực ra vấn đề ông quan tâm là thái độ của giáo viên đối với các học sinh “xuất sắc” và “cá biệt” (để làm việc này, mỗi lớp chia thành các nhóm 3-4 em).

Số liệu thật sửng sốt. Trung bình một ngày mỗi học sinh “xuất sắc” nhận được 23 nhận xét khích lệ, chẳng hạn: “Giỏi”, “Noi gương bạn kia kìa”, “Thầy biết là em thuộc tất cả các bài”, “Xuất sắc như mọi lần”... và chỉ có 1-2 lời nhận xét không tốt.

Còn đối với số học sinh “cá biệt” thì ngược lại hoàn toàn: một ngày trung bình bị phê bình tới 25 lần (“Lại cậu!”, “Bao giờ thì em thôi cho nhỉ!”, “Thật vô tích sự”, “Thật không biết phải làm gì với em nữa!”) và chỉ 0-1 lần có lời nói tốt hoặc bình thường.

Thái độ đó đã truyền sang các học sinh cùng lớp.

Thường vào giờ ra chơi các em vây quanh nhà tâm lý hỏi chuyện. Chúng thể hiện thái độ cảm động của mình, cố đến thật gần, chạm vào người ông, cầm tay, thậm chí thỉnh thoảng còn thay nhau mân mê các ngón tay của ông. Nhưng khi cậu học sinh “toàn điểm 2” bước tới vòng tròn trẻ đó thì các bạn liền đuổi cậu ta: “Đi đi, mày không được tới đây! Mày là thằng tồi!”.

Bạn hình dung mình ở vào vị trí em học sinh đó xem: một ngày 25 lần phải nghe những lời phê phán của những người uy tín và khả kính và cứ như vậy ngày nọ qua ngày kia, tháng này qua tháng nọ, hết năm này sang năm khác! Lại còn bị bạn bè tẩy chay. Bạn sẽ ra sao? Bạn làm sao mà sống nổi?

Rõ là trẻ đã “sống nổi” như thế nào khi tiếp tục khảo cứu ở trại trẻ vị thành niên phạm pháp. Được biết 98 phần trăm thiếu niên bị tống trại đã không được bạn bè cùng trang lứa và thầy cô giáo chấp nhận ngay từ những lớp dưới!

(Theo tài liệu luận án của Ghintax Valiscas).

1. Đứa trẻ đang giận mẹ: “Mẹ không tốt, con chẳng yêu mẹ!”

Bây giờ chúng ta có thể sử dụng “bình” cảm xúc để hiểu hơn chúng ta đang gặp vấn đề ở mức nào trong từng trường hợp riêng biệt, đồng thời ôn lại và hệ thống hóa tất cả những câu trả lời trước đây để tìm đáp án cho câu hỏi: “Vậy phải làm gì?”.

Chúng ta đã biết rằng đằng sau sự tức giận của đứa bé ẩn giấu nỗi đau, sự tủi giận v.v... (tầng I và II trong chiếc “bình cảm xúc” của chúng ta). Trong trường hợp này tốt nhất là tích cực nghe trẻ, đoán biết và gọi tên cảm xúc “đau khổ” của trẻ.

Không nên đáp lại trẻ bằng việc lên án và phạt trẻ. Nếu làm vậy, tâm trạng tiêu cực của trẻ (và của cả bạn nữa) chỉ thêm nặng nề.

Sau này khi tình hình yên ổn, bạn hãy nói những lời dạy bảo trẻ và nên nói bằng giọng thân thiện.

2. “Con đang khổ tâm”...

Nếu trẻ không giấu giếm nỗi đau, tủi giận, lo sợ của mình thì không có cách gì thay thế **nghe tích cực.** Phương pháp này chính là dành cho các cảm xúc thuộc lớp II của chiếc bình.

Nếu phụ huynh cũng có tâm trạng như vậy thì tốt hơn hết là nói ra dưới hình thức “mẹ (bố) - thông báo”.

Nhưng khi làm việc này cần nhớ, nếu “cái cốc” của trẻ đã đầy tràn thì tai nó có thể không nghe thấy lời bạn; trước hết nên nghe trẻ giãi bày.

3. Trẻ đang thiếu gì?

Nếu thái độ không bằng lòng hoặc đau khổ của trẻ lặp lại vẫn do một nguyên cớ, nếu trẻ thường xuyên rên rỉ, đòi cùng chơi, đọc truyện; hoặc, ngược lại, thường xuyên không vâng lời, đánh nhau, nói năng cục cằn thì rất có khả năng nguyên nhân là: nhu cầu nào đó của trẻ không được đáp ứng (tầng thứ III của chiếc bình). Trẻ có thể thiếu sự quan tâm của bạn hoặc, trái lại, thiếu ý thức tự do và tinh thần độc lập; trẻ có thể đau khổ vì việc xao nhãng học tập và học kém ở trường.

Chỉ tích cực nghe trong trường hợp này chưa đủ. Thật ra có thể bắt đầu như vậy, nhưng sau đó phải cố **hiểu thực tế con bạn đang thiếu thốn cái gì**. Bạn sẽ thực sự giúp được con nếu bạn dành nhiều thời gian cho nó hơn, quan tâm nhiều hơn tới công việc của nó, hoặc ngược lại, chấm dứt kiểm soát trẻ khắp nơi, khắp chốn.

Như chúng ta đã thảo luận, một trong những phương pháp hữu hiệu là tạo những điều kiện không mâu thuẫn, đáp ứng các nhu cầu của trẻ.

Trẻ thích chạy nhảy – bố trí một không gian thoáng đãng; trẻ tò mò muốn biết vũng nước – có thể mua đôi ủng cao cổ cho trẻ đi; trẻ thích vẽ những bức tranh to – mua giấy dán tường loại rẻ tiền, cắt ra thành những mảnh to cho trẻ vẽ.

Xin nhắc lại, chèo thuyền xuôi dòng dễ hơn chèo ngược dòng.

Thấu hiểu nhu cầu của trẻ, chấp nhận và đáp ứng bằng các việc làm của mình có nghĩa là tích cực nghe trẻ với **nghĩa rộng rãi nhất.**

Khả năng này của phụ huynh phát triển cùng đà với kỹ năng nghe tích cực trong thực tiễn.

4. "Con là của quý của (bố) mẹ và mọi việc của con sẽ tốt đẹp!"

Càng di chuyển xuống dưới theo các tầng của bình thì cách thức giao tiếp với trẻ càng có ảnh hưởng lớn tới chúng. Trẻ thấy mình như thế nào – tốt, được yêu quý, có năng lực hay xấu xa, chẳng ai cần, không may mắn – đều xuất phát từ người lớn, mà trước tiên là cha mẹ.

Nếu tầng dưới cùng bao gồm toàn những xúc cảm tiêu cực thì trong nhiều mặt đời sống, đứa trẻ sẽ bị rối loạn. Trẻ sẽ trở thành "nan trị" đối với bản thân mình và những người xung quanh. Trong những trường hợp như vậy cần có những nỗ lực lớn lao mới giúp được trẻ. Thông thường phải có sự trợ giúp đối với phụ huynh, cụ thể là tập huấn có hiệu quả mà cuốn sách này đề cập tới.

Để giữa trẻ với bản thân và thế giới xung quanh không xảy ra bất đồng cần thường xuyên nâng đỡ, duy trì ở trẻ **ý thức tự đánh giá mình hoặc tự suy xét mình.**

Chúng ta thử xem có thể làm việc đó như thế nào.

- Chấp nhận trẻ vô điều kiện.

- Lắng nghe tích cực cảm xúc và nhu cầu của trẻ.

- Có mặt bên cạnh trẻ (đọc sách, vui chơi, học tập).

- Không can thiệp vào công việc mà trẻ có thể tự làm được.

- Giúp đỡ khi trẻ yêu cầu.

- Ủng hộ sự tiến bộ của trẻ.

- Chia sẻ cảm xúc của mình (tức tin cậy).

- Giải quyết mâu thuẫn một cách xây dựng.

- Trong giao tiếp hàng ngày sử dụng các câu nói niềm nở. Ví dụ:

Mẹ (bố) thấy dễ chịu khi ở bên con.

Mẹ mừng khi gặp con.

Con đã tới, thật tuyệt.

Mẹ (bố) thích cách con...

Mẹ thấy nhớ con rồi đấy.

Nào, mẹ (bố) con mình cùng (ngồi chơi, làm...)

Tất nhiên là con làm được.

Thật tuyệt vời là bố mẹ có con.

Con của mẹ thật ngoan.

Một ngày ôm ấp trẻ không dưới 4 lần, tốt nhất là 8 lần.

Và còn nhiều việc làm khác nữa mà linh cảm và tình yêu con của bạn sẽ mách bảo bạn, và dù cho sẽ có chuyện phiền muộn đấy, nhưng nó sẽ không làm vẩn đục mối quan hệ cha mẹ - con cái và thật may mắn – hoàn toàn có thể vượt qua được!

CHÚC BẠN MAY MẮN

VÀ

BÌNH YÊN TRONG LÒNG!

PHẦN II. NHỮNG LÁ THƯ VỀ MỘT CẬU THIẾU NIÊN

Dưới đây là câu chuyện có thật về quá trình giúp đỡ một "cậu thiếu niên nan trị".

Các bài học của chúng ta đã kết thúc và có lẽ bạn đã thử giao tiếp với con cái mình theo cách khác. Thật may, chúng ta có điều kiện đi từ từ, từng bước một, hết bài này sang bài khác, từ bài tập này đến bài tập kia. Bây giờ đã đến lúc áp dụng ngay tất cả các kiến thức và kỹ năng vào cuộc sống hàng ngày. Tất nhiên chẳng đơn giản chút nào: phải nghĩ ngay tới tất cả các phương pháp giao tiếp "đúng đắn" trong khi bạn còn bận đi làm, lo cơm nước, chịu áp lực của biết bao stress trong đời sống hàng ngày.

Nhưng chúng ta hãy cùng nghĩ một điều rằng không chỉ chúng ta mà cả con trẻ cũng bị stress. Điều kiện sống càng khó khăn thì chúng ta và trẻ càng cần có sự hỗ trợ về mặt tình cảm. Mà đối với trẻ, không còn ai gần gũi bằng các bậc cha mẹ của chúng hoặc đối với chúng ta, không còn ai gần gũi hơn chính con mình. Bởi vậy duy trì mối quan hệ ấm áp, hỗ trợ nhau trong gia đình là việc làm đảm bảo sự tồn sinh của gia đình và cũng vì lẽ đó thật đáng bỏ công sức.

Tôi rất muốn bạn tin rằng qua các bài học của chúng ta, nhất định bạn sẽ tìm ra cách khắc phục khó khăn tâm lý. Khó khăn dĩ nhiên sẽ còn, không phải chuyện một sớm một chiều, song điều cơ bản là hiểu biết và lòng mong muốn thay đổi. Kiến thức thì bạn có rồi và tôi tin rằng cả ý muốn cũng có sẵn. Cần nhớ rằng chỉ có ai không làm gì mới không mắc sai lầm. "Sai lầm" sẽ có đấy, nhưng đó là sai lầm trong "ngoặc kép", còn thật ra đó chỉ là những bước đi tới thành công.

Tất nhiên, bạn biết đấy, kinh nghiệm của các bậc phụ huynh khác có khi rất quý, đôi khi còn quý hơn cả những lời khuyên bảo và lý luận của các nhà chuyên môn. Bởi vậy tôi quyết định chia sẻ với bạn "Những lá thư về một cậu thiếu niên" sau khi đã được bà ngoại của cậu bé Phêđia mười ba tuổi đồng ý. Một thời gian bà cháu đã đến dự các giờ học của chúng tôi và còn đọc vài cuốn sách về trẻ "nan trị". Khi trong gia đình bà xuất hiện đứa cháu trai, bà cũng ở trong tình trạng như bạn lúc này: có kiến thức nhưng chưa có kinh nghiệm vận dụng chúng.

Xin có vài lời về câu chuyện trước đó.

Phêđia là anh lớn của ba em, hai em nhỏ là con của người chồng sau của mẹ. Gia đình sống ở nông thôn. Cuộc sống nơi thôn quê vốn đã chật vật, lại thêm lo toan về hai đứa em nhỏ, ngay hoàn cảnh như vậy vẫn chưa đến nỗi nào nếu không có những chuyện "gay cấn" với Phêđia. Mối quan hệ giữa cậu bé với mẹ và bố dượng hoàn toàn bất hòa: cậu không chịu học bài và sau đó bỏ học luôn, không giúp đỡ việc nhà, ăn nói hỗn láo, bắt nạt em gái, suốt

ngày lang thang ở ngoài đường và có những đêm không về nhà ngủ.

Sau mọi giáo dục bất thành, cha mẹ quyết định gửi cậu cho bà ngoại “cải tạo”.

Bà đã kể lại trong những lá thư viết cho con gái là mẹ của Phêđia và chồng chị ấy về những chuyện đã xảy ra trong nhà mình.

Tôi có lời bình (đã được đánh số) vài chỗ trong bức thư – chúng sẽ giúp nối kết các sự việc với nội dung các bài học của chúng ta. Tôi hy vọng chúng sẽ là những thông tin bổ sung quan trọng.

Các lời bình bạn sẽ tìm thấy ở cuối mỗi bức thư.

Nhân vật của bức thư là: Anhia – mẹ của Phêđia, Dima – chồng của Anhia, Víchto – ông ngoại của Phêđia.

Ngày 5 tháng 11 năm 199...

Chào Anhia, Đima!

Lần đầu tiên mẹ có dịp viết thư cho các con, trước đây mẹ không bao giờ có đến một phút rảnh rỗi, mặc dù nghe như chuyện bịa. Những bận bịu với Phêđia, chủ yếu chuyện học hành của nó, đã ngốn hết thời gian ít ỏi của mẹ.

Mẹ biết mấy ngày trước Phêđia đã viết thư cho các con, nó đã đọc cho mẹ nghe. Tiếc thay trong thư đã thiếu một điều cơ bản: mười ngày nó đã không đến trường. Chuyện đó đã xảy ra bất chấp mọi nỗ lực của mẹ; mẹ đã cố gắng cùng nó học tất cả các môn. Nếu nó từ chối, mẹ rủ các bạn trai của nó về nhà học cùng với nó (một thời gian có tác dụng, nhưng sau đó bọn bạn thì học, còn nó thì không).

Mẹ còn lên lớp cùng nó (chủ yếu giờ toán), cùng nó giải các bài toán và giải thích ví dụ, cùng với nó dự các giờ học phụ đạo.

Mẹ dậy và đánh thức nó lúc 7 giờ sáng để nó làm nốt những bài mà hôm trước không chịu làm, thảo luận các "tình huống" gần như với tất cả các thầy, cô giáo và hiệu trưởng trong trường (1).

Mọi việc thật nặng nề, hai bên đều khó chịu, có khi mẹ mất ngủ và cảm giác bất lực, vô vọng. Thằng bé nhất định không chịu ghi nhật ký, không chép bài, "chuẩn bị" học bài bao giờ cũng bắt đầu từ những cú điện thoại hỏi bạn: "Này, thầy giao gì về nhà?" Nó thường bảo không có bài tập về nhà, không chịu làm bài tiếng Nga, tiếng Anh. Từ chối học bù phần bài vở đã bỏ, chẳng hạn phân số. Nó luôn bị nhận điểm 2.

Đẩy tảng đá lên dốc ngày một khó nhọc: dốc càng cao lên, đá càng nặng. Nhiều lần mẹ giở sách, tìm bài toán để giải, nhưng Phêđia quay lưng lại: "Cháu không làm". Buổi học kết thúc ở đó, nó chạy đi chơi.

Mẹ và bố thấy rõ không thể tiếp tục để nó sống thế này. Hôm đầu tiên khi Phêđia không chịu dậy đi học, bố Víchto đã hai lần dựng nó dậy và rửa mặt nước lạnh cho nó – nhưng sau đó nó lại chui vào chăn. Những ngày sau bố mẹ thôi không lôi nó dậy nữa. Thế là nó ngủ tới 11 - 12 giờ mới dậy, tối đi ngủ rất khuya (2).

Những chuyện đó xảy ra khoảng trước 25 tháng 10. Lòng mẹ rối bời. Mẹ rất muốn giúp Phêđia vượt qua, nhưng chỉ chuốc thêm bực tức, mệt mỏi và thất vọng. Khi nó không tới trường, chẳng còn gì phải suy nghĩ nên lại "yên tĩnh và tốt lành". Và với tình trạng đó trên cái nền đó ngày một hiện rõ cái đã tồn tại trước đây, nhưng đã bị công việc ở trường và những nỗi lo lắng che khuất.

Với mẹ, chiếc chìa khóa để giải mã là câu nói của nó trong một khung cảnh bình tĩnh: "Bà biết không, mẹ cháu bảo ở Matxcơva cháu sẽ bị bắt buộc phải học". Nói thô thiển ra thì nó có ý định cho mọi người thấy là "không bắt" được nó đâu. Đối với nó, những thiệt thòi mà nó phải chịu (học lại một năm, mất bạn bè,...) không quan trọng bằng ý định đó.

Một tháng rưỡi sau nó mới nhắc tới làng Xêrêghinô và các con. Hôm qua, trước lúc ngủ mẹ nằm bên cạnh nó một lúc, nó đã kể mẹ nghe về ngôi nhà của các con, phòng của mỗi người ở chỗ nào, các thứ đặt ở đâu. Nó mơ màng nhớ lại: từ trong cửa sổ nhìn ra thấy đàn ngựa và bao giờ cũng đoán biết đã đến giờ chúng được dẫn đi uống nước hay chưa.

Sau đó vào buổi tối Phêđia phác họa ngôi nhà, còn sáng hôm nay vẽ lại cẩn thận, thêm bồn hoa, ruộng khoai tây, nhà kính ươm cây, chuồng chó.

Trước lúc ngủ nó luôn sợ sệt. Tới giờ nó vẫn chưa hết sợ và tối đến nó sợ tắt đèn, thế nên mẹ bật đèn ngoài hành lang và mở toang cửa phòng ngủ của nó. Đôi khi nó tự bật đèn trong phòng ngủ của mình và để thế đi ngủ (3).

Mẹ càng thấy rõ một điều: nó cần sự ấm áp mà nó chưa nhận đủ. Dĩ nhiên nó thiếu thốn cả sự quan tâm bởi lẽ mấy năm (hoặc thậm chí nhiều năm) gia đình các con đã sống trong những điều kiện sinh hoạt và tinh thần rất khó khăn. Tất nhiên đây không phải lỗi của con mà chủ yếu là tai họa chung của cả gia đình con. Lúc này mẹ nhớ lại nó đã từng là người giúp việc tận tụy và nhẫn nhục như thế nào. Mẹ dám tin là nó đã cảm thông con rất nhiều khi con gặp chuyện buồn phiền, nó đã cảm nhận bằng da, bằng thịt và chắc chắn đã cố gắng giảm nhẹ gánh nặng cho con.

Bởi lúc đó nó là người đàn ông lớn... Con tưởng tượng mà xem, điều đó phải có ý nghĩa nhiều như thế nào đối với một tâm hồn trẻ thơ!

Mười ngày gần đây mẹ có rất nhiều ấn tượng về những đức tính tuyệt vời của nó (4). Phêđia là cậu bé nhạy cảm và quan tâm tới hoàn cảnh của người khác. Thường nó là người chào hỏi trước khi mẹ đi làm về, hỏi han: "Một ngày thế nào hả bà?" Nó đến chơi nhà cô Tanhia, mẹ đưa nó 3 rúp để mua hoa. Nó mua hoa cúc tây, người bán đòi 4 rúp, nhưng rồi đồng ý 3 rúp. Người bán hàng nói đùa: "Cậu còn nợ tôi đấy nhé". Cô Tanhia đưa nó 2 rúp mua cá cảnh; trên đường về nó trả người bán hoa 1 rúp.

Gần đây người ta tặng nó mấy cái mô hình và bây giờ nó loay hoay lắp ráp – nghĩa là

nó có ý chí và có khả năng tổ chức công việc. "Với mô hình du thuyền phải mất bốn ngày, bà ạ” – nó bảo vậy. Nó bảo mẹ đánh thức nó sớm hơn để bắt tay vào việc từ sáng sớm. Hôm nay hai bà cháu cùng tập thể dục. Nó hỏi han về mọi chuyện không liên quan tới việc học tập "chính thức". Dần dần nó cởi mở hơn. Thời gian đầu nó lầm lì, đặc biệt trong những tình thế dễ xảy ra va chạm. Giờ thì ngay trong những tình huống như vậy nó cũng đã "lúng búng". Còn những lúc yên ả nó chuyện trò cởi mở hơn. Khi bà cháu mâu thuẫn nhau trong việc chuẩn bị bài vở, nó bỏ đi chơi ô tô một mình. Giờ thì những lúc rỗi rãi nó cố gắng cùng làm với ông bà. Bố mẹ cũng cố gắng chơi, cùng đọc sách với nó.

Mẹ còn thấy một điều thế này. Cách đây mấy hôm nó có điều gì đó buồn bực, nói năng cục cằn, ăn xong không chịu dọn bàn, gây sự cãi lại ông bà. Nhẽ ra phải giận nhưng mẹ đã ôm nó vào lòng mấy lần và nó dịu đi (5).

Theo bố mẹ quan sát thấy, giờ chỉ có một cách duy nhất sống với Phêđia: quan tâm thật nhiều và không một lời phê phán, chỉ trích hoặc có thái độ không bằng lòng.

Có một ý nghĩ giúp mẹ rất nhiều đó là, thật may, căn bệnh của nó không nặng, nó mới 13 tuổi, chưa xảy ra điều "không thể đảo ngược" và nó còn có thể đạt được nhiều thứ, thậm chí phải bắt đầu từ "số không".

Mẹ và bố Víchto kết luận đơn giản là Phêđia chưa được chuẩn bị để thực hiện các yêu cầu của nhà trường, đặc biệt nhà trường ở Matxcova và cuộc sống nói chung. Dĩ nhiên có thể thúc giục và phê bình, nhưng đều sẽ vô ích và chỉ làm trầm trọng thêm những khó khăn của nó.

Nếu thôi không đòi hỏi và mong chờ nữa thì thấy bình yên ngay, có thái độ niềm nở với nó hơn, và điều chính yếu là nhận ra những mặt tốt trong tính cách của nó. Lúc đó lại thấy hy vọng...

Tất nhiên trong một ngày, một hay thậm chí vài tháng không thể bù đắp mọi sự thiếu hụt đó. Không có phương pháp máy móc nào – tách ra, đưa đi đâu đó hoặc đến ai đó, ghi tên sinh hoạt nhóm này, câu lạc bộ kia đều không giải quyết được vấn đề. Phải sống với Phêđia, nuôi dưỡng nó bằng tình yêu thương của mình – đấy là kết luận mà cuối cùng mẹ đã rút ra.

Bố mẹ có thể và đang làm như vậy và cần nói rằng tuy bận bịu nhiều việc, nhưng mẹ lại thấy thoải mái hơn. Rồi nó còn không thể quên con và chồng con, không hết tủi thân khi nó không được sống cùng các con.

Hôm nay nó bảo với mẹ: "Cháu thật ngốc là đã đồng ý ra đi, cháu cảm thấy đằng nào cháu cũng bị ép phải đi, nhưng nói chung khi nào cháu muốn cháu sẽ quay về. Còn nếu bị phản bội thì cháu sẽ cho biết!".

Các con thấy đấy, tủi giận và đe dọa là những cách thức tranh đấu duy nhất để nó tự vệ. Nó không còn cách nào khác. Và vẫn như vậy – đằng sau thái độ chống đối, những điệu bộ hùng dũng là đứa trẻ bất hạnh, không gặp may.

Bố mẹ đang đợi học kỳ tới trong tâm trạng hơi căng thẳng. Một lần nhân tiện chuyện gì đó Phêđia bảo rằng nó sẽ đi học mặc dù bố mẹ không dám quá hy vọng. Mấy hôm trước mẹ đã trao đổi, nói hết mọi chuyện với bà hiệu trưởng. Bà ấy đề nghị nộp học bạ để ghi vào đó chưa kiểm tra thực tế tất cả các môn. Bà ấy đồng ý sẽ bố trí dạy riêng thằng bé tại nhà, nhưng phải có giấy chứng nhận của bác sĩ. Mẹ sẽ cố để có giấy đó. Điều tồi tệ nhất là nó phải đúp lại. Nhưng nếu các vấn đề không được giải quyết thì có học lại cũng không thể bình thường được.

Yêu các con,

Mẹ.

Bình luận của tác giả

Bình luận 1

Ở đây chúng ta thấy người bà cố gắng tổ chức cho Phêđia "khu vực phát triển sắp tới": cùng với cháu làm cái mà nó khó hoặc không thể làm một mình được. Như phần cuối thư cho thấy, biện pháp đó ban đầu chưa có kết quả vì cơ sở của những bất đồng trong cuộc sống của Phêđia là những vấn đề thuộc về cảm xúc. Chưa có sự hỗ trợ về mặt đó thì không thể có "hành động chung" nào có hiệu quả.

Bình luận 2

Trong cuốn sách Các bệnh thái nhân cách của thiếu niên của A. E. Lítcô có thể tìm thấy sự mô tả gần như giống hệt tình cảnh và lối xử sự của Phêđia. Tác giả kể về những phản ứng điển hình của trẻ trước những sự việc và điều kiện sống khó khăn. Một kiểu phản ứng trong đó là không giao tiếp, không chơi đồ chơi, bỏ ăn uống. Phản ứng này thường xuất hiện ở những trẻ đột ngột bị tách khỏi mẹ, gia đình, nơi ở quen thuộc.

Một kiểu phản ứng khác – chống đối. Chúng ta cùng đọc:

"Trẻ có phản ứng chống đối có thể do bị đòi hỏi quá mức, phải làm quá sức – đòi hỏi phải học tốt, tiến bộ trong công việc nào đó. Nhưng thường thái độ phản ứng đó xuất hiện khi trẻ bị mất đi sự quan tâm từ phía người mẹ hoặc những người thân khác, hoặc sự quan tâm đó giảm đột ngột. Lúc nhỏ chuyện đó có thể xảy ra khi xuất hiện em bé, còn ở tuổi thiếu niên thì có thể do trong gia đình xuất hiện mẹ kế hoặc bố dượng. Trẻ tìm mọi cách lấy lại sự quan tâm trước đây (giả vờ ốm chẳng hạn) hoặc làm cho "đối phương" phải bực mình.

Những hành vi lệch lạc đó của trẻ, dù có thấy "bất bình thường" đến đâu đi nữa và thậm chí "bệnh hoạn" thì rất thông thường chẳng phải cái gì khác mà chính là những phản ứng lành mạnh của một tâm hồn mẫn cảm trước những hoàn cảnh không bình thường, nan giải hoặc, nói đúng hơn, những tình thế gây nên nỗi đau tinh thần."

Cần nói thêm rằng tâm lý trẻ muốn lấy lại sự quan tâm đối với mình là nhận thức nửa vời hoặc thậm chí vô thức. Khi trẻ không tuân thủ quy phạm và các đòi hỏi, không phục tùng cha mẹ, không nghe lời, không chịu học hành là chúng báo hiệu: "Con đang gặp khó khăn, giúp con với!". Dấu hiệu cho thấy trẻ khổ sở, "đau đớn" là các cảm xúc tiêu cực của cha mẹ: cáu kỉnh, giận dữ, buồn bực, bối rối và thất vọng. Nó tựa như con dao hai lưỡi, nguy hại cho cả phụ huynh lẫn con trẻ: người này khổ sở bao nhiêu thì người kia đau khổ bấy nhiêu.

Bình luận 3

Hoảng sợ là triệu chứng kinh điển hoặc dấu hiệu cho thấy nội tâm trẻ đang rất căng thẳng, nó không chịu nổi những khó khăn thuộc đời sống hoặc xúc cảm. Sự việc Phêđia một thời gian dài im lặng về cuộc đời trước đây của mình khẳng định rằng đó chính là khu vực xúc cảm rất căng thẳng của nó. Bắt đầu cởi mở hơn là dấu hiệu tình thế tâm lý thay đổi theo hướng tốt.

Bình luận 4

Theo hồi tưởng của tác giả các bức thư thì cách tìm ra và ghi nhận trước hết những đặc tính tốt của Phêđia đã cứu vãn tình hình.

Bình luận 5

Xin bạn lưu ý khi mặt cảm xúc được cải thiện thì ở trẻ tự nhiên có sự khao khát hiểu biết, phát triển. Tâm hồn bất an, "tinh thần buồn chán" phong tỏa ý muốn vươn lên đó và vì thế sự giúp đỡ của người lớn về mặt tình cảm trong những trường hợp như vậy vô cùng cần thiết. Sự âu yếm trực tiếp, dịu dàng như dấu hiệu chấp nhận và yêu thương "bất chấp mọi thứ" rất cần đối với Phêđia.

Mồng 7 tháng 11

Chào Anhia!

Mẹ viết vội để kịp với bức thư trước. Mẹ quên nhắc con đừng cho Phêđia biết con biết mọi chuyện học hành của nó. Nó đã có biểu hiện tin mẹ - bắt đầu kể nhiều hơn những chuyện mà thường vẫn bị phê phán.

Cuộc sống của mẹ với nó chưa có gì thay đổi. Tất nhiên sau đợt nghỉ này đối với nó áp lực sẽ lớn hơn – cả về tinh thần của nó, quan hệ bà cháu và cả tâm lý của bố mẹ (người lớn). Mẹ chờ những ngày đó đến với tâm trạng hơi lo lắng.

Có một chuyện làm mẹ lo lắng: trước khi đi ngủ Phêđia thường tỏ ra sợ sệt. Một hôm giữa đêm, nó tỉnh giấc và xem xét có mẹ bên cạnh không. Nó bảo ở Xêrghinô không có chuyện như vậy. Nếu trước lúc ngủ mẹ nằm xuống cạnh nó một lúc là nó áp sát vào mẹ (1).

Mẹ nghĩ, chuyện nó đánh nhau với Lêna mà con vẫn viết trong thư có liên quan tới chuyện này. Hôm nay mẹ đọc cuốn sách tâm lý nói rằng con cái cùng một gia đình đánh lộn nhau thường do chúng thiếu được âu yếm (chủ yếu là của cha, mẹ). Chọc tức, đánh nhau – là một cách thay thế vì ngoài ra chúng không biết làm gì nữa.

Tiếc thay, lúc này Phêđia vẫn chơi nhiều hơn đọc sách, vẫn thích đàn đúm như trước đây.

Bình luận của tác giả

Ở đây, tâm trạng lo sợ trước giấc ngủ của trẻ thường có nghĩa là khu vực vô thức của chúng đang tìm kiếm sự tiếp xúc với người mẹ. Nó như muốn nói rằng: nếu ta thấy sợ thì mẹ sẽ tới và ở bên cạnh ta.

Ngày 25 tháng 11

Chào Anhia, Đima.

Tình hình nhà mẹ thế này: sau đợt nghỉ Phêđia không đến trường – sáng hôm đó nó không dậy. Và lại như vậy: không thể ép nó được. Mấy ngày sau nó bảo nó không đi học vì nếu đi học bình thường thì "chuyện Xêrghinô sẽ bị quên lãng".

Ý nó muốn nói ngày trở về Xêrghinô sẽ chậm đến. Nó vẫn bảo "cháu sẽ đi" hoặc "cháu sẽ đánh điện cho mẹ đến đón cháu, nếu không cháu sẽ không học hành gì hết...".

Mẹ lúc nào cũng nghĩ tới Phêđia và thường xuyên tâm sự với các con về nó. Hôm qua khi nó đang nói chuyện điện thoại với Đima thì mẹ vào bếp, hai đầu gối của nó (vì lúc đó là sáng sớm, nó vừa nhảy từ giường xuống) ướt đẫm nước mắt. Đầu nó cúi xuống để mẹ không nhìn thấy, còn hai đầu gối mẹ nhìn thấy rõ.

Nó rất đau khổ vì phải xa các con. Anhia này, con thử hình dung khi mẹ lấy bố Víchto (lúc đó con đã 14 tuổi – Phêđia nhỏ hơn con một tuổi và không mạnh mẽ bằng) con bị gửi đến một thành phố khác, chẳng biết trong bao lâu cho dù gửi đến nhà bà con họ hàng. Mà thật ra không có chuyện đó thì con vẫn cảm thấy trống trải, giữa hai mẹ con có những lúc lạnh lùng và căng thẳng. Và bây giờ mẹ nghĩ: hay vì ở tuổi đó con đã không có kinh nghiệm giao tiếp thân mật với mẹ nên bây giờ con không thể thiết lập được mối quan hệ ấm áp tình mẹ con với Phêđia? Và giờ nó phải chịu đau khổ vì thiếu sót của chúng ta. Mẹ vừa sực nhớ: năm 13-14 tuổi mẹ cũng bắt đầu căng thẳng với bà (và cả ông nữa) và cũng không cảm thấy "ấm áp". Còn bây giờ đi ngoài phố mẹ thường xuyên "để mắt" tới những cảnh cha mẹ và con cái – họ đi bên nhau như thế nào, chuyện trò ra sao, vội vã đi đâu đó. Sáng nay trong thang máy, mẹ gặp những đứa trẻ cùng mẹ tới trường... Còn Phêđia của mẹ vẫn còn trên giường và không biết bao giờ mới dậy, mà nếu có dậy thì nó cũng chẳng đến trường. Mà bên cạnh lại không có con...

Bây giờ mẹ nói đến tình hình của hai bà cháu hiện nay. Hôm qua mẹ đã nhận được giấy chứng nhận về việc dạy học cá nhân và nộp nhà trường rồi. Quan hệ của mẹ với hiệu trưởng tốt, bà ấy bảo sẽ giúp đỡ về mọi mặt. Khi chưa nhận được giấy chứng nhận, không

thể ép Phêđia ngồi học được. Mặc dù có chuyển rồi, tuy ít, nhưng rất quan trọng đối với nó (và với bố mẹ nữa)! Mẹ đã bảo được nó học trước "dù chỉ một" môn. Nó bắt đầu từ môn học yêu thích nhất của nó là Sinh học. Trong hai ngày nó học xong và đã trả lời mẹ được 10 mục. Trước đó đã thống nhất học xong 10 mục bà cháu sẽ liên hoan mừng ở tiệm "Kem" và mẹ đã làm đúng như vậy. Sau đó trên đường trở về nhà nó bảo mẹ cùng vào Viện Bảo tàng Cổ sinh vật. Dĩ nhiên sẽ phải đưa nó đi. Mẹ sẽ cố thu xếp...

Sáng nay nó hứa sẽ học thuộc hai mục địa lý. Cô giáo đồng ý sẽ cho nó kiểm tra từng mục một. Mẹ không biết kết quả thế nào. Mẹ đang chờ tới thứ Hai khi mọi việc bắt đầu chính thức. Nó đã bỏ học một tháng nay. Động cơ chủ yếu, mà nó không cưỡng lại khi mở sách ra học, cho dù vẫn phải nhắc nhở vài lần, là "đầu xuân là kiểm tra xong các môn và nó về với các con". Tự các con biết đấy, muốn vậy phải nỗ lực rất nhiều và đây chính là thời điểm mẹ lo nhất.

Nhớ lại câu nói thông thái thời xưa: "Đối với con trai trước 5 tuổi hãy đối xử như với ông vua, trước 12 tuổi – như với người hầu, còn sau 12 tuổi như với người bạn" mẹ hiểu Phêđia đã chịu nhiều thiệt thòi: trước 5 tuổi nó đâu được đối xử "như với một ông vua" mà "như với người hầu" thì đúng hơn. Theo mẹ nó đã phục vụ tận tụy, hết sức của một đứa trẻ - con còn nhớ có lần nó đã đón con ngoài cánh đồng, dưới trời mưa, bùn ngập tới đầu gối không? Vậy là nó chưa được làm "vua" và giờ đây nó thiếu cái đó. Một tính cách con trẻ mạnh mẽ biết đòi cái chưa nhận đủ mặc dù thường biểu hiện bằng thái độ bực tức, cục cằn. Ví dụ, tối qua mẹ về tới nhà lúc mười rưỡi, mệt mỏi và đói. Phêđia ngả người trên ghế trước màn hình tivi, trên bàn bừa bộn, sàn nhà bẩn thỉu, bài địa lý chưa thuộc mặc dù đã hứa... Trong những hoàn cảnh này ý nghĩ: "Nó thiệt thòi, phải bắt đầu từ số không mà chính xác hơn là từ dấu âm" đã cứu mẹ.

Mẹ biết răn bảo, phê bình lúc này chỉ làm tình hình nặng nề. Mẹ tự nhủ: "Nó không dọn dẹp, không động đến sách, mất trật tự thì đã sao nào... Mà nó cũng chẳng thể làm khác!".

Chẳng hạn, trong tiệm kem với giọng thân mật hai bà cháu đã thỏa thuận về nhà (mẹ đi làm) nó sẽ đến gặp bác sĩ thần kinh lấy giấy chứng nhận được học riêng. Nhưng trước đó hai ngày nó không thích vị bác sĩ. Năm giờ mẹ gọi điện về nhà: "Gặp bác sĩ chưa, cháu?" – "Chưa ạ" – "Bà xin cháu, cháu mặc quần áo ấm vào và đi đi". – "Thôi được". Chiều mẹ về, nó lừ đừ. "Chưa ạ". – "Nhưng tại sao mới được chứ?" Nó lặng thinh. Mẹ thôi không nói chuyện đó nữa (lòng mẹ lại xốn xang bởi ý nghĩ "chưa cho đủ", "tâm hồn đứa trẻ bị đảo lộn"). Ngày hôm sau mẹ lại hỏi: "Mà tại sao cháu lại không đi?", lúc đó mẹ ôm ngang vai nó. Nó đáp: "Cháu cũng chẳng biết vì sao" (1).

Mẹ tiếp tục âm thầm dõi theo nó. Mẹ thường nhớ tới một chuyện trong "Anna Carênhina" đã làm mẹ ngạc nhiên. Tônxtôi mô tả Xêriôgia, con trai của Anna ở nhà với bố sau khi Anna bỏ đi với Vurônxki. Người cha thường gặp cậu khuyên bảo – theo nhận xét của thầy, cô giáo cậu bé học kém. Còn Xêriôgia lúc đó toàn nghĩ về mẹ, mong ước gặp mẹ lúc đang dạo chơi và ôm chầm lấy mẹ. Còn về chuyện học hành của đứa trẻ, Tônxtôi viết rằng trí não của thằng bé không hề trì trệ mà rất sống động. Nó học, nhưng không theo sách phép tắc của Thượng đế mà ở người vú mẫu, anh xà ích, học hỏi ở mọi người và mọi thứ xung quanh nó. Nhưng nó gìn giữ cái trí tuệ sống động đó của mình như con ngươi mắt mà

không cho thầy giáo tới gần.

Về phía Phêđia mẹ càng ngày càng có ấn tượng như vậy: đầu óc linh lợi, rất quan tâm tới cuộc sống (chăm chú nghe và ngắm nhìn, cảm nhận tinh tế) và cũng bảo vệ cái thế giới trong mình như con ngươi của mắt.

Hôn các con, mẹ.

Bình luận của tác giả

Câu chuyện với tờ giấy chứng nhận là minh họa rõ ràng cho sự chối bỏ vô thức của cậu bé tất cả những gì liên quan tới những cảm xúc khó chịu. Thường người lớn cho đó là biểu hiện nhu nhược, lười nhác hoặc bướng bỉnh. Nhưng đó là sai lầm. Hiện tượng "hay quên" hoặc chống đối như vậy xuất hiện như sự tự nhiên của tâm lý: trẻ tranh đấu để có được bình yên trong tâm hồn dù ít ỏi. Tăng cường o ép, răn dạy hoặc chỉ trích không thể giải quyết được những phản ứng đó: đó là những cơ chế vô thức mạnh hơn cả những suy tính hợp tình hợp lý và thậm chí cả những ý định có ý thức của chính trẻ. Trong tình huống này tăng cường đòi hỏi và phê phán chỉ gây cho trẻ cảm giác tội lỗi và kém cỏi.

Mồng 7 tháng 12

Anhia, Đima!

Mẹ tiếp tục viết sau gần hai tuần. Chuyện học hành của nó như thế này: Phêđia được học riêng mười tiếng mỗi tuần, tập trung vào các môn học chủ yếu, riêng tiếng Nga và tiếng Anh chưa ấn định ngày giờ rõ ràng. Hai lần học môn Sinh học, nó rất phấn khởi và được điểm 4,5 và 4. Địa lý mới học một lần (được 4) và một lần học Toán, nhưng không đạt lắm: cô giáo bảo nó làm bài rồi đi lên lớp; về nhà cô giao khoảng 15 bài trong Bài tập Toán.

Như sau đó mẹ biết, nó không làm được, gửi lại cô giáo tờ giấy viết rằng khó quá vì phải "nhớ lại mọi cái" và bỏ đi. Cả tuần nó không chịu làm bài về nhà. Từ chối không học giờ Sử, đi học Sinh học nhưng đòi học hai buổi chứ không phải một buổi. Bỏ giờ Địa lý và bỏ cả giờ học Đại số (hôm qua). Khi xảy ra các sự việc này mẹ ít khi có mặt ở nhà: lúc thì bận công việc, khi thì vào bệnh viện với bố. Phêđia than thở: "Cháu lại ở nhà một mình suốt ngày!". Hôm qua mẹ rảnh rỗi cả ngày, buổi học Đại số bắt đầu từ 13 giờ 30, mẹ đã hy vọng sẽ có thời gian cùng nó chuẩn bị.

Nhưng đến 11giờ30 mẹ vẫn không sao gọi được nó dậy. À, mẹ quên: chiều hôm trước hai bà cháu nhận được thư của các con. Phêđia đọc và đã khóc. Vì thế sáng hôm sau nó vẫn chưa bình thường lại được. Rồi lại có giờ Đại số...

Cuối cùng thì nó cũng dậy, đôi mắt buồn rười rượi, bật ngay tivi, nhìn màn hình với cặp mắt sầu muộn. Mẹ tắt vô tuyến, bảo sắp đến giờ học Đại số. Nó bỏ đi, rồi nằm dài xuống ghế đivăng. Mẹ thử gợi chuyện, hỏi han,... nhưng nó lặng thinh. Thấy thế mẹ liền hỏi: "Nếu bà có chiếc gậy thần thì cháu sẽ xin điều gì?" – "Làm sao mà bà có được". Mẹ bảo: "Hay cho cháu bay về Xêrghinô?" – "Vâng ạ." – "Bà cháu mình bay trong tưởng tượng vậy." (1)

Đến lúc đó nó mới nói. Hai bà cháu "đi ô tô” ra sân bay, lên máy bay, hạ cánh xuống "N", đợi máy bay đi Xêrghinô – trời xấu, như lần đầu tiên các con bay về đó. Nghỉ lại ở khách sạn. Cuối cùng lên chiếc máy bay nhỏ.

Trên đường đi nó kể nhiều chi tiết – nào tai nhức như thế nào, máy bay hạ cánh ở cái làng ngoại ô như thế nào và nó lăn bánh ở "sân bay" Xêrghinô ra sao. Bọn trẻ con chạy trên cánh đồng nói: "Xin chào!" – "Xin chào!" Bà cháu về tới nhà các con, rồi gõ cửa.

"Ai đấy?" – "Pếtkin đưa thư đây". Bà cháu mở cửa, trời đã về chiều và con ở nhà... "Chà!". Tinh thần Phêđia bắt đầu thay đổi, hai bà cháu lại vào phòng bếp. Sắp một giờ trưa, mẹ lại gợi chuyện làm bài. Mẹ mở quyển bài tập và bảo: "Toàn những bài dễ cả, cháu ạ”. Nó không chịu. Mẹ đề nghị: "Bà giải, còn cháu nhìn và kiểm tra nhé”.

Đáp lại là: "Cháu biết thừa cái trò của bà rồi, bà làm vậy là để ép cháu". Đã đến hai giờ, những giờ học phụ đạo riêng – niềm hy vọng cuối cùng của mẹ – đang xuống dốc. Mẹ bảo nó, bà thử mọi cách rồi, nếu không chịu học thì sẽ đúp, thế thôi, từ nay đến hết học kỳ chỉ còn ba tuần nữa.

Tình hình diễn biến tiếp như sau: mẹ thất vọng, Phêđia gan lỳ không sao bảo được, ở trường thì cô giáo chờ đợi. Mẹ hỏi nó: sẽ ăn nói thế nào với cô giáo, hả cháu? Nó lặng thinh, chui xuống gầm bàn chơi gì đó. Không hiểu thế nào mẹ lôi nó ra, túm lấy ngực, lắc và quát lên rằng nhẽ nào nó không nhìn thấy mẹ vất vả, đau khổ, cố hết sức để giúp nó hay sao?

Thay vì trả lời, mẹ trông thấy cặp mắt của nó giống như mắt của con thú bị thương, ánh lên tia không hẳn là sợ mà cũng chẳng ra là thích thú. Với mẹ, "cơn khùng" đó đã làm mẹ nhẹ lòng. Theo mẹ, trong thâm tâm Phêđia cũng không thấy hài lòng vì đã thấy mẹ thực sự lo lắng cho nó, chứ không đơn giản lúc nào cũng muốn "lên lớp" (2).

Sau đó mẹ một mình tới trường, kể hết mọi chuyện cho cô giáo, đề nghị cô viết vài dòng cho Phêđia. Cô giáo đồng ý. Nội dung mẩu thư làm Phêđia yên tâm: tình hình chẳng đến nỗi nào, mọi việc của hai bà cháu dần dần có kết quả. Phêđia lo lắng chờ mẹ về. Nó đọc mẩu thư và, mẹ thấy nó, hài lòng rồi đi chơi.

Ba tiếng sau nó về, người đầy tuyết. Mẹ phủi tuyết cho nó, kéo ủng ra, giũ sạch tuyết trong đó. Hai bà cháu cùng cười. Mẹ dọn cho nó bữa ăn trưa. Rồi uống cà phê và ăn kem. Mẹ xoa đầu nó và bảo ăn xong hai bà cháu cùng làm bài. Nó bật tivi - mẹ tắt. Uống cà phê và ăn kem mất khoảng 30 phút. Cuối cùng thì hai bà cháu cũng ngồi được vào bàn học. Một số bài tập mẹ giúp nó, số khác nó bảo mẹ đi ra – "cháu tự làm".

Hai bà cháu làm được các bài từ "a" đến "d". Bài cuối nó đánh dấu ngắt câu sai, nhưng khăng khăng là đúng, không chịu nghe mẹ giải thích. Buổi học đến đó là kết thúc, học quá giờ gần tiếng đồng hồ.

Sau đó xảy ra một chuyện thật bất ngờ: thời gian còn lại của buổi chiều nó sắp xếp lại bàn học, bọc sách vở, dán mẩu tranh lên giấy bọc. Nhìn cái bàn ngăn nắp, sạch sẽ hệt như trong ngày mồng một tháng Chín!. Ngy 1/9 ở Nga l Ngy kiến thức, cũng l ngy bắt đầu năm học mới.

Đến tối nó bảo chuyện hút thuốc lá của nó cũng đỡ hơn: trước đây lúc nào cũng nghĩ tới, gần đây quên dần.

Nói chung chuyện hút thuốc đã xảy ra vài lần. Lần đầu tiên thế này: đang giờ làm mẹ bất chợt về nhà và bắt gặp nó đang hút thuốc ở ngoài ban công. Lần khác mẹ phát hiện nó đi vắng mặc dù đã định ở nhà cả buổi sáng (thường nó bỏ đi chơi khi bạn bè nó tan học). Cảm thấy có chuyện gì đó không ổn, mẹ ra kiốt thuốc lá thì thấy nó đang đút vào túi bao thuốc do một người lớn mua cho.

Cả hai lần mẹ cố kìm mình không quở trách nó. Mẹ chỉ tỏ ra cho nó biết là mẹ rất tiếc và bảo: "Sao, không thể bỏ hẳn được à?". Nó bảo khi hút nó cảm thấy bình tâm, thèm và khó bỏ lắm. Mẹ khuyên, khi thấy "thèm" thì ngậm kẹo.

Một hôm hai bà cháu đi ngủ (giờ nó ngủ trong phòng mẹ), mẹ vừa chợp mắt thì nó gọi mẹ dậy và bảo: "Sao mà cháu bỏ hút được hả bà?". Hôm nay thấy nó ho, mẹ tìm hiểu xem nó đi đâu để bị cảm lạnh thì nó bảo: "Đấy là vì cháu hút ít đi đấy bà ạ. Bố đã chả kể ông cháu cũng thử bỏ, sau đó càng ho dữ, khạc ra cả đờm đen nữa là gì".

Nhưng cả sau chuyện đó mẹ thấy tình hình có vẻ như tốt lên... Nó rất "kết" ông bà. Khi bố Víchto vào bệnh viện, nó chuyển sang ngủ phòng mẹ. Trước đây mẹ nằm với nó cho đến khi nó ngủ rồi mới trở về phòng mình. Bây giờ thì nó ngủ cạnh mẹ suốt đêm và hai bà cháu ôm nhau ngủ, mẹ cảm nhận chuyện đó đối với nó cần thiết như thế nào. Anhia này, liệu con có thể ngủ cạnh nó, cảm thấy nó bên sườn mình và cho nó cảm nhận được sự ấm áp cả cơ thể lẫn tâm hồn không nhỉ? Câu hỏi này rất quan trọng đối với con. Mẹ tin rằng nếu con nhớ tới nó khi nó còn thơ bé thì con sẽ dễ dàng nhớ tới cảm giác đó...

Gần đây mẹ đọc được trong một cuốn sách rằng: với những thiếu niên không ngoan, nếu chúng ta đối xử với chúng tốt hơn thì thời gian đầu tính xấu của chúng thậm chí càng gia tăng. Chúng như thăm dò phụ huynh: có đúng là bố mẹ thay đổi cách đối xử, hay đó là cái bẫy? Thế đấy, qua những phá phách, không vâng lời kịch liệt hơn như vậy mới có thêm trí khôn ngoan sáng suốt và lòng kiên nhẫn.

Lời khuyên đó rất công dụng đối với mẹ. Có những lúc cảm xúc bực tức, giận dữ và thất vọng chuẩn bị ập tới, mẹ lại sực nhớ: nó đang thử lòng mình, buồn rầu chờ đợi tình yêu thương - thế là cái gì đó trong mẹ chuyển động hướng tới điều tốt lành hơn. Một ý nghĩ đến trong đầu rằng con trẻ thông minh và tinh tế hơn chúng ta tưởng. Giáo dục kiểu sáo mòn không lừa được chúng, chúng chỉ đáp lại trước thái độ nhân hậu, chân thành và giúp chúng ta không để mất nó.

Mẹ có cảm tưởng sau chuyện với giờ Đại số, mẹ đã hiểu nó sâu sắc hơn.

Thứ nhất, trong việc nó không chịu học môn Toán, ảnh hưởng của sự thiếu tự tin vào năng lực của mình rất lớn và thậm chí còn gây nên thất vọng hoặc mất tinh thần. Có một chi tiết khẳng định thêm điều này: khi mẹ đi cùng nó dự giờ Toán và giúp nó tìm ra cách giải đúng, thậm chí là hay thì nó cố giơ tay để được thầy gọi và nó đã trả lời tốt. Trong các trường hợp khác nó thu mình ngồi ở bàn cuối cùng.

Mẹ nghĩ môn Toán là mô hình của nhiều xúc cảm của nó, tạo thành một chuỗi như sau: không tin vào sức lực của mình - chối bỏ (căm ghét) - chống lại. Đằng sau thái độ căm ghét và chống đối thực chất là lòng khát khao tiến bộ.

Mẹ thấy người lớn chúng ta có bổn phận giúp nó tiến bộ.

Thứ hai, mẹ chợt hiểu ra: về mặt phát triển ý chí, nó không chỉ nhỏ hơn tuổi của nó mà nó còn rất nhỏ bé! Về mặt này mẹ đánh giá nó chỉ lên ba, lên bốn! Vì sao vậy? Vì no, cũng như những đứa trẻ tuổi, không làm những việc mà nó "phải làm", "có nghĩa vụ làm", "nên làm", "cần làm", thậm chí ngay cả khi đã hứa hẹn, thậm chí khi người khác, người mà nó cần gây thiện cảm, đang đau khổ.

Vậy có thể suy ra điều gì? Làm thế nào với nó bây giờ? Như với đứa trẻ ba, bốn tuổi, thế thôi: mọi việc khó làm cùng với nó, nhận về mình nửa phần công việc, có khi nhiều hơn, động viên, khen ngợi, bỏ qua những thất bại và cùng lúc đó nên trò chuyện, nghe nó kể chuyện, nhận xét. Và cần biết rằng vắng mặt mình nó chỉ chơi - không làm gì nữa. Chuyện như vậy vẫn xảy ra: hễ mẹ đi vắng cả ngày là nó ngủ, đi chơi, xem vô tuyến, lang thang khắp xó nhà. Trong tất cả những việc đã có sự chuyển biến đều có sự tham gia chung của bà, cháu, trò chuyện thân ái, thỉnh thoảng kết hợp đọc sách: một trang - một bài tập - một trang - một bài tập... Giờ đã thành quen, không có sự giao tiếp như vậy là nó buồn. Và trong một số việc nó đã vững tâm. Có những việc nó làm thật bất ngờ, như một món quà đối với mẹ, như chuyện hôm qua nó dọn dẹp bàn học.

Đôi khi mẹ hay nhắc nhở nó: phải đi găng tay hoặc đôi tất nào, mặc cái áo nào, ăn gì và ăn như thế nào, đi chơi có mang chìa khóa nhà không,... Những lúc như vậy mẹ thường nghe thấy: "Gớm bà, cháu tự biết mà”.

Mẹ tin rằng, với đầu óc lanh lợi vốn có, nó sẽ nhanh chóng tự làm được nhiều việc. Nhưng nó cần được giao tiếp tốt thường xuyên, cần nhiều hơn trẻ cùng trang lứa giống như là cần không khí vậy.

Dưới ánh sáng của sự "tỉnh ngộ” đó, mẹ thấy tiếc khi nghĩ tới những tháng ngày, giờ phút tách biệt mà con đã viết cho bố mẹ: "Phêđia hoàn toàn xa lánh chúng con. Nhiều giờ liền nó chơi ô tô một mình". Trong những giờ phút đó, chính xác, nó không lớn lên, không trưởng thành, không phát triển.

Hôn các con,

Mẹ.

Bình luận của tác giả

Bình luận 1

Cùng trẻ tưởng tượng về điều vô cùng mong muốn, nhưng không thể có được thường có công hiệu hơn những “lý lẽ khôn ngoan”.

Bình luận 2

Tôi nhớ tới một trường hợp giống như vậy là cái tát của A. S. Macarêncô. Trong một lúc vô cùng tức giận và bất lực, ông đã tát một học sinh lớn tuổi của mình.

Chính Macarêncô lúc đó cũng có cảm xúc mạnh như thể những lý tưởng sư phạm cao cả của ông đã sụp đổ. Song cái tát đó đã có tác động thật bất ngờ tới quan hệ của cậu học sinh đó với các bạn: lớp băng xa lánh giữa bọn trẻ đã tan.

"Cái tát của Macarêncô" sau này được tranh luận trong nhiều tác phẩm sư phạm. Ví dụ liệu phương pháp giáo dục như vậy có đúng đắn không? Tôi thì tán thành ý kiến đặt vấn đề như vậy là không đúng. Như thường lệ bạo lực vẫn xảy ra, nhưng không được sử dụng như một biện pháp. Nếu nó hoàn toàn chân thật và không mảy may tính đến "hiệu quả sư phạm" thì kết quả có thể sẽ tốt. Bởi lẽ ở đây người lớn hiện ra trước mắt đứa trẻ không có vỏ bọc sư phạm che chắn mà như vậy thì có nghĩa là ngang hàng và gần gũi hơn.

Trở lại bức thư này, bằng ngôn ngữ các bài học, chúng ta thấy người bà đã gửi cho Phêđia "bà - thông báo" rất nhiều.

Ngày 14 tháng 11

Anhia, Đima, chào các con!

Những bức thư của mẹ đã nhiều như tập bài luận văn, nhưng mẹ cố ý viết nhiều về Phêđia và những thăng trầm của bà cháu.

Mẹ có thông tin vui cho các con là hai bà cháu vừa có một tiến bộ lớn. Ngày hôm kia nó được điểm 5 môn Đại số. Trước đó một ngày cô giáo đã về tận nhà, hết sức kiên nhẫn và niềm nở dạy nó học. Cô trò nói chuyện này chuyện kia rồi cô tự nhận là mình cũng rất ngại mỗi lần ngồi vào học môn khó và cô đã khắc phục tâm trạng đó như thế nào. Sau đó chật vật lắm, hết than ngắn lại thở dài, hai bà cháu đã làm (thế rồi cũng xong!) hết các bài tập về nhà. Và đấy – nó mang về điểm 5. Hôm qua nó đi học môn Hình học, chiều tối hai bà cháu làm bài chứng minh định lý, bài làm của ngày thứ Bảy tuần sau. Một sự tiến bộ chưa từng thấy vì trước đây Phêđia thẳng thừng từ chối làm trước bất kỳ bài tập nào!

Sau đó, đến tối, hai bà cháu đến nhà một người quen chơi. Mẹ định đi một mình, nhưng nó muốn đi cùng - thời gian gần đây lúc nào nó cũng muốn làm cùng mẹ. Chẳng hạn, một lần mẹ có việc thu dọn nhà tắm sau đợt sửa chữa, việc đó phải làm vào lúc gần nửa đêm.

Mẹ định cho Phêđia ngủ trước, nhưng nó không chịu – nó đã giúp mẹ, giảm nửa phần công sức và thời gian (năm lần xách xô đầy gạch vụn đi đổ). Xong việc, đã quá nửa đêm, mẹ đọc cho nó nghe hai trang truyện của Giuyn Vécnơ – không đủ sức đọc nhiều hơn nữa. Đối với hai bà cháu, đọc truyện trước khi đi ngủ đã thành nghi lễ, thậm chí, như mẹ đã cảm nhận, là biểu tượng – "mọi việc của bà cháu đều tốt đẹp".

Lên đường (đi tàu điện ngầm mất 40 phút), nó cầm theo sách Sinh học và suốt dọc

đường vừa đọc vừa ghi chép vào vở. Đấy cũng là một tiến bộ chưa từng thấy - trước đây đến quyển truyện hấp dẫn nó cũng chẳng chịu mang theo vào tàu điện ngầm ("Tốt nhất cháu làm một giấc").

Bây giờ mẹ viết tiếp "phát hiện" thứ ba về Phêđia mà lá thư trước đã không nói tới.

Lần này cũng lại nhờ chút kiến thức về Tâm lý học. Mới đây người ta đã phát hiện ra rằng nhiều người có một kênh thu thông tin chủ yếu, còn các kênh khác chỉ đóng vai trò phụ. "Các kênh" đó là thị giác, thính giác, giác quan của cơ thể tới cả xúc giác và chuyển động. Ví dụ, nếu kênh chủ yếu là thị giác thì người ta tìm hiểu thế giới chủ yếu thông qua thị giác. Nhận thức, hiểu, nhớ, tưởng tượng hay thậm chí suy nghĩ nhờ các bức tranh nhìn thấy. Nếu là người "nghe bằng tai" thì người đó học hỏi chủ yếu bằng cách nghe và sống nhiều hơn trong thế giới âm thanh và lời nói. Kênh phụ có khi yếu tới mức (đặc biệt khi nhỏ) người ta không thể thông qua đó học tập, thu thập kiến thức mới một cách đầy đủ được.

Rồi nữa – khi khó chịu, bất hòa với mọi người xung quanh và với bản thân mình, người ta chìm vào các cảm giác chủ yếu của mình, còn các cảm giác khác như thể bị ngắt. Chẳng hạn, một người thuộc dạng "vật thể" thì không nghe thấy hoặc nghe kém những lời nói "đơn thuần". Dĩ nhiên nghe thấy về mặt thể xác, nhưng khó tiếp thu.

Vậy là mẹ tin chắc Phêđia hoàn toàn là người "vật thể". Gần đây khi hai bà cháu tưởng tượng đang bay về chỗ các con, mẹ ngạc nhiên trước khối lượng cảm nhận vật thể trong câu chuyện của nó: "chúng ta đang bay - buồn nôn", "cháu thiếp đi", "tai đau nhói", "chúng ta đang hạ độ cao – ghế rung quá"; trong khách sạn – "lạnh", "cháu đói".

Sau đó mẹ hoàn toàn hiểu những khó khăn của nó ở trường - chuyện nó không thích môn tiếng Nga và tiếng Anh, ngáp dài ngáp ngắn khi nghe giải thích về bất cứ môn học nào và đặc biệt những câu chuyện giáo dục. Nó rất có khả năng trong những việc phải sờ mó và bản thân nó cũng thích xê dịch, chí ít cũng là để nhìn thấy – nhưng cũng lại phải xê dịch, chỉ trỏ bằng tay. Và thế là rõ – không thể lôi nó ra khỏi tình trạng tồi tệ. Và cái nền của tất cả là sự bất ổn về cảm xúc. Có lần nó đau đầu khi ngủ dậy, thế là cả ngày hôm đó chỉ cần mối quan hệ hơi căng thẳng một tí là nó "trượt dài". Mà lý do để căng thẳng thì lúc nào chẳng có. Đối với nó cần có một phương pháp giao tiếp hoàn toàn mới. Một cử chỉ âu yếm bình thường, giữa ban ngày, gây ấn tượng rất mạnh với nó: nó dịu đi, hiền hòa, chui ra khỏi "vỏ". Bây giờ khi biết có thể căng thẳng là mẹ tìm lối thoát cho mình và cho nó bằng cử chỉ ôm ấp.

Như thường lệ, nó căng ra khi đề nghị nó làm việc gì đó: dậy buổi sáng, rửa bát khi ăn xong, ngồi vào bàn học bài. Trong số mười đề nghị học bài thì phải đến chín câu nó trả lời là: "Cháu không làm" hoặc "Cháu không thích".

Mẹ lại tự nói với mình: cần vui với cái đã có và thôi không mong ngóng, chờ đợi nữa. Mẹ lại cố âu yếm nó, cùng với nó làm gì đó mà nó thích, chẳng hạn đọc sách. Phải, mẹ đã thấy trước con có thể phản ứng: "Cứ phải kèm nó suốt tuần sao?!". Trước mắt mẹ chỉ có một câu trả lời: "Đúng vậy!".

Thôi nhé, mẹ vội đi gửi thư. Mẹ.

Ngày 28 tháng 12

Anhia, Đima, chào các con!

Chúc mừng các con nhân dịp Năm mới sắp tới. Năm qua chúng ta đã nỗ lực nhiều và mẹ mong các con và gia đình luôn bình an.

Cũng như những lần trước, mẹ muốn viết về thành viên vắng mặt của gia đình con là Phêđia. Thời gian qua nó cũng cố gắng nhiều – theo cách đặc biệt – để chiến thắng những thói xấu của nó. Đôi khi mẹ có cảm giác nó cũng rất khổ sở!

Ví dụ, trong tâm trạng vui vẻ, nó quyết định học bài. Dọn bàn trong phòng bếp, mang sách, vở vào, nhìn vở ghi đầu bài xem có những bài tập gì về nhà. Sắp giở sách giáo khoa và làm bài thì bỗng có chuyện gì đó với nó: mặt mày nhăn nhó đau đớn, uể oải, kêu rên nặng nề. Nó lại ngồi ngay ngắn, định mở sách, nhưng quyển sách như thể nặng hàng tạ, lại có tiếng rên... Một hôm mẹ trông thấy cảnh đó, mẹ kinh ngạc và hiểu ra một điều - chuyện nó cưỡng lại việc học hành hoàn toàn không phải vì nó lười, có ác ý, muốn "gây gổ” hay làm người khác "phải bực mình". Đó hoàn toàn không phải lỗi tại nó!

Có thể nói đó là những biểu hiện gạt ra mọi thứ đem lại phiền muộn và tổn thương. Mà những phiền muộn và tổn thương đó thì với môn học nào cũng rất nhiều. Nguyên nhân là những thất bại đầu đời, những cuộc cãi vã xuất phát từ đó, nhưng chủ yếu vẫn là tư chất đặc biệt của nó mà mẹ đã viết cho các con. Đó là nó chỉ tiếp thu được cái có thể "sờ" được, hình dung rõ ràng và có cảm xúc; và hoàn toàn không có khả năng tiếp thu cái trừu tượng: từ ngữ, công thức, định ngữ, kết cấu, định lý hình học, trong đó có khi phải chứng minh điều hiển nhiên. Nếu có thể trốn tránh được trừu tượng, chuyển nó sang ngôn ngữ có hình ảnh, cụ thể thì nó có năng lực và có tài.

Ví dụ, biểu thức: -(-2) = +2 nó chuyển thành câu nói: "Kẻ thù của kẻ thù của tôi là bạn của tôi". Trước đây nó không học rút gọn phân số - tử số và mẫu số ra thừa số chung. Vấn đề này đối với nó khó, nó hoàn toàn không hiểu thế nào là "thừa số chung". Hai bà cháu đã tiến bộ về mặt này và thậm chí còn thú vị khi gạch đi, số 2 trong con số 6 và số 10: 2x3 / 2x5, tách số 2 ra và gạch phăng đi. Nó đặc biệt khoái hành động kiên quyết cuối cùng – gạch đi và hai bà cháu cũng đã làm như vậy với 15/21 và 27/15.

Chuyện đó lại xảy ra đúng vào hôm nó khổ sở mở quyển sách giáo khoa và buổi làm bài tập Đại số đầu tiên đã kết thúc thảm hại. Khi gặp bài toán khó hơn một chút kiểu: 62 / 34 nó không hiểu, đúng hơn là nó không nghe mẹ giảng giải, gập sách và vở lại, nói giận dữ: "Cháu không làm" và bỏ đi chơi ô tô. Mẹ khó lắm mới tìm được nó. Không khuyên răn, thuyết phục, mẹ để nó yên. Chỉ sau đó vài tiếng, trời đã tối, sau những ấn tượng tốt đẹp gì đó mẹ dịu dàng và niềm nở đề nghị nó quay lại môn Đại số "Chút thôi cháu ạ, xem qua thôi mà”, "Cháu sẽ cảm thấy chẳng có gì đáng sợ cả”, "Bà cháu mình thử đã rồi sau đó sẽ..." (làm cái gì đó thú vị). Thật ngạc nhiên, nó đồng ý, mang sách vở đến, hai bà cháu bắt đầu từ xa (từ lớp năm), vui vẻ "gạch xóa",... Đấy là ví dụ về một biện pháp lặp đi lặp lại nhiều lần và đã đem lại cho Phêđia điểm 5 về Đại số trong học kỳ. Dĩ nhiên phải kể đến thái độ vô cùng

thiện chí của cô giáo...

Nói chung môn nào cũng phải chiến đấu kiểu tương tự như vậy. Chẳng hạn chuyện học môn tiếng Nga như sau:

Khoảng 3-4 lần gì đó nó đi học giờ tự học không đúng ngày. Vào đúng giờ đã định khi thì "cháu quên mất", lúc thì "cháu không có thì giờ", khi thì lặng thinh. Cuối cùng mẹ phải đến trường thỏa thuận với cô giáo về địa điểm và thời gian học.

Lúc đó không còn sớm nữa, vì vậy Phêđia đã ngủ dậy, ăn sáng rồi, có thể đã xem qua sách giáo khoa (nhưng nó đã không làm như vậy). Khi đến giờ tới trường, bỗng nhiên nó từ chối. Những lời than thở và hỏi han của mẹ đều vô hiệu. Mẹ đi gặp cô giáo và lại – như với môn Toán – xin cô "dù một lần thôi" đến nhà. Cô giáo phản đối một lúc lâu rồi nghiến răng đồng ý: "20 phút nữa tôi sẽ đến". Về tới nhà mẹ thông báo cho Phêđia biết, nó phẫn nộ: "Ai khiến bà?! Kệ, cháu cứ đi chơi!". Sau đó thằng bạn đến chơi, tình thế tồi tệ, mẹ biết cãi vã, ra lệnh lúc này không được. Mẹ chuyện trò, xin nó. Nó không vội bỏ đi nữa, cô giáo đến, cởi áo khoác và vào phòng, Phêđia len lén đi qua cô giáo vào phòng vệ sinh và khóa cửa lại. Mẹ ngồi bên cô giáo 5-10 phút. Đáp lại vẻ mặt ngạc nhiên của cô, mẹ cố giải thích để cô thông cảm. Mẹ tới phòng vệ sinh, khẽ giảng giải cho Phêđia, bảo nó ra để "thống nhất thôi", "không học hành gì cả”. Nó bước ra. Từ xa cô giáo nhẹ nhàng chuyện trò với nó về đề tài "Tarát Bunba", "Cánh đồng bêgin" (hóa ra nó chưa đọc). Sau đó chuyển sang trạng ngữ. May quá, chuyển rồi! Hai bên thống nhất giờ tiếng Nga Phêđia sẽ học cùng cả lớp theo thời khóa biểu của lớp. Nó phấn khởi ra mặt: rõ là cậu đã chán ngấy sáng sáng phải ngồi nhà một mình, chẳng làm gì, nếu có làm "bài" thì cũng phải tới khuya và hai bà cháu cùng làm. Tạm thời mình nó chưa thể thắng nổi "sức cản".

Tuần sau đó, nó đến lớp đều đặn hơn và thường xuyên bỏ giờ tự học. Nhưng vẫn đi và còn hoàn thành được một bài tập dài sau năm lần được nhắc nhở. So với chuyện ngồi trong nhà vệ sinh thì đây là thắng lợi to lớn và mẹ không giấu niềm vui sướng thực sự. Và lại không một lời phê bình, chỉ trích. Nhưng mỗi một tiến bộ nho nhỏ lại rền vang như "tiếng sấm thắng lợi". Chẳng hạn, một lần trên lớp cô giáo nói cô nghĩ sẽ cho nó 5 điểm và có thể sẽ ghi vào học bạ. Nó vui vẻ thông báo cho mẹ, nhưng sau đó vẫn cố trốn tránh những buổi tự học. Cuối cùng hai bà cháu phải đến trường "tìm hiểu chuyện học hành môn tiếng Nga". Thỏa thuận trong thời gian nghỉ học cô giáo sẽ kiểm tra nó theo từng mục, từng chương.

Mơ ước mãnh liệt của Phêđia là: "mỗi môn nhận ba điểm 5" (bét ra cũng phải là toàn 4 và 5) và việc về với các con đã khiến nó phải đồng ý với việc trả dần món nợ tiếng Nga. Dĩ nhiên điều này chưa có nghĩa là mọi chuyện rồi sẽ suôn sẻ. Nhưng so với ngồi khóa cửa trong nhà vệ sinh thì tiến bộ ít ra cũng như thời đồ đá chuyển sang kỷ nguyên đầu máy xe lửa.

Vậy là mẹ lại rõ thêm một phương pháp giúp nó là ép dần dần. Có lúc nó phản đối rất quyết liệt. Mẹ hiểu nó cũng chờ đợi những phản ứng quyết liệt (mẹ đã tự nhủ không biết bao nhiêu lần), mẹ cũng bắt đầu phản ứng mạnh dần. Nhưng mẹ đã có kinh nghiệm – chuyển cơn bực tức và giận dữ thành nỗi buồn mà mẹ không giấu. Sau đó với giọng thân mật mẹ cố phục hồi mối giao tiếp thường là với nội dung hoàn toàn khác. Và chỉ sau một lúc, có khi vài tiếng đồng hồ, mới trở lại câu chuyện trước đó ít nhiều có kết quả. Có lẽ cái

đó gọi là nhẫn nhịn chịu đựng (hay có thể là khoan dung chăng?).

Anhia và Đima! Mẹ rất muốn chuyển tới các con những khám phá và cảm xúc đó, chúng hoàn toàn mới lạ với chính bản thân mẹ. Câu nói "Đấy không phải là nó!" mà mẹ hay nói với mình rất có ích với mẹ.

Vậy thì "nó" thế nào? Giờ nó hay ngả đầu lên vai mẹ khi hai bà cháu ngồi trên ghế đivăng và cùng xem gì đó. Tối đến nó bảo mẹ cuốn cái chăn xung quanh đầu và vai nó thành "ngôi nhà nhỏ" và thế là nó ngủ ngon lành. Ngày nào nó cũng lo lắng hỏi ông bà đi vắng có lâu không, nếu lâu nó thốt lên: "Thật kinh khủng!" Mấy hôm trước nó bảo mẹ đến gặp cô giáo và xin cô đối xử với nó "dịu dàng hơn".

Một hôm nó đi chơi mấy tiếng liền mới về. Trước đó nó không chịu ra cửa hàng mua vài thứ cần dùng. Hôm đó mẹ đi làm, đi mua sắm, nấu nướng rất mệt. Phêđia ngả người trên ghế nói: "Ôi, hai cẳng cháu mỏi rã rời!" Mẹ đáp lại: "Chuyện đó chẳng làm bà buồn lắm, chân cháu rã rời vì chơi nhiều, còn bà vì làm việc nhiều, cho nên bà chẳng thể thông cảm với cháu được". Cậu ta tỏ ra nghiêm túc hơn, không nói gì nữa. Hai bà cháu ăn xong, mẹ phải đến nhà người quen lấy cái chao đèn trần. Nó xin được đi cùng mang giúp. Ngoài đường tuyết tan rất trơn, chỉ sợ đánh rơi vỡ mất. Suốt dọc đường nó nâng, đỡ, nhắc bà cẩn thận, đùa, kể chuyện vui. Tối bố Víchto về, mẹ dọn đồ ăn cho ông ấy ăn. Ông cũng rất mệt và sẵn sàng tiếp nhận cử chỉ ân cần. Phêđia nhìn ông và bỗng nói: "Ông Víchto sao lại thế! Bà lúc nào cũng ân cần chăm sóc ông, còn ông thì cứ im thin thít?", Víchto nghẹn lời. Sau đó cả nhà đùa vui rất lâu. Nói chung nó là "hiệp sĩ" dễ mến, làm bạn với nó là niềm vui lớn, vinh dự và thú vị.

Cùng với cảm nhận nó như vậy, bố mẹ càng thêm tôn trọng nó, còn nó càng thấy hạnh phúc hơn. Nó không còn đau đầu nhiều nữa. Ngày chỉ hút nửa điếu thuốc. Nhưng những cơn sợ hãi thì vẫn chưa hết...

Bây giờ mẹ muốn nói với các con một chuyện khác: Phêđia đang có những ngày biến động. Mẹ vẫn gặp bạn học lớp 6 của nó, bây giờ chúng đang học lớp 9. Chúng đã trưởng thành, đứa nào đứa nấy đều mang phong cách riêng, giá trị mà mình theo đuổi, trình độ văn hóa nhất định, đứa thích thành đầu bếp, thợ cơ khí sửa chữa ô tô, đứa muốn học tiếp lên lớp 10. Rõ ràng đứa nào không đọc nhiều sách sẽ không thể có những nhu cầu trí tuệ. Mọi chuyện đã xảy ra rồi!

Còn Phêđia thì vẫn cần lôi ra khỏi các "chỗ yếu". Mẹ gần như rõ một điều: Phêđia không còn nhận được nhiều kiến thức do sách cung cấp nữa. Không thể buộc tội nó trong chuyện nó sẽ không vươn tới được và vì thế mà giảm lòng tự tin của nó lại càng không được.

Nó có tài, dễ xúc động và lúc này nó vô cùng cần sự hỗ trợ trong cuộc sống về cả sự giúp đỡ về mặt văn hóa. Đợi một, hai năm nữa thì sẽ muộn. Mà như cha mẹ thấy, nó không thể sống ở một nơi khác thiếu vắng các con.

Tất nhiên nó rất sung sướng được quay về với các con. Học kỳ thứ ba nó muốn kết thúc ở nhà. Mẹ chuyển nó cho các con với tất cả những nỗi buồn vui mà bà cháu đã cùng

nhau chia sẻ.

Mẹ sẽ rất sung sướng khi các con có thể giữ nó ở bên mình nhiều hơn, chuyện trò với nó, chia sẻ tâm tư, tình cảm. Và còn nữa... âu yếm nó nhiều hơn và làm "ngôi nhà nhỏ” cho nó. Nó sẽ hiểu hết và sẽ thành người bạn trung thành và là đứa con yêu quý của các con. Khi đó cả con, Anhia ạ, sẽ hạnh phúc hơn. Mẹ không thấy có cách nào khác.

Yêu tất cả các con.

Mẹ.

Mùng 9 tháng 1

Anhia, Đima!

Mẹ đang đi tiễn Phêđia về với các con. Hai bà cháu đi tàu điện ra sân bay. Hôm qua mẹ đã nhận được thư của các con. Mẹ rất thông cảm với các con (Phêđia bảo "và tị nữa"). Đúng vậy, bao công việc nặng nhọc phải làm và rất ít thời gian còn lại cho việc khác mà chủ yếu cho con trẻ: đọc sách, nô đùa, chuyện trò với chúng.

Phêđia vui vì được về nhà nhưng hơi buồn vì bà cháu sẽ phải xa nhau. Nó muốn bố mẹ dọn hết đồ đạc về ở với các con và cháu.

Hôm nay hai bà cháu suy nghĩ nhiều và bàn chuyện làm thế nào để gia đình các con bớt đi chuyện cãi vã và buồn phiền.

Hai bà cháu nhận định chuyện cãi vã tất nhiên sẽ có. Khi đó sẽ cùng nhau nghĩ cách khắc phục. Cố gắng ghi nhớ điều cơ bản – không được im lặng lâu và ngồi trong góc phòng mình. Khi cơn giận dữ đầu tiên đã qua, cố gắng cất tiếng nói chuyện. Bởi lẽ trong lúc cãi vã ai cũng nghĩ mình bị xúc phạm nhiều nhất. Có thể cho nhau biết vì sao mình buồn bực. Chẳng hạn: "Tôi khổ tâm phải nghe những lời quát tháo như vậy"... Hoặc (mẹ nói): "Mẹ thật nản lòng khi nghĩ chỉ vì môn Đại số đó mà phải ở lại lớp!". Sau đó có thể như người Anh vẫn nói "cùng động não" và suy nghĩ, trao đổi tìm cách thoát khỏi tình thế.

Mẹ và Phêđia định sẽ ghi lại các quy tắc dành cho cha, mẹ. Và lúc này, ngồi trên tàu, hai bà cháu cùng ghi (tác giả chính là Phêđia):

Không ép buộc làm bất cứ việc gì. Nếu muốn người khác làm việc gì đó thì phải có lời đề nghị lịch thiệp. Sau đó cần có thời gian để trẻ kết thúc công việc khi nó muốn: vì có khi trẻ mệt sớm hơn là người lớn tưởng. Thật tốt nếu trẻ được tự quyết định lúc nào bắt đầu công việc.

Cố gắng không quát tháo trẻ vì làm như vậy chỉ làm cho trẻ bướng bỉnh: "Mình sẽ không làm để chọc tức bố mẹ”.

Không giảng giải các kiểu đạo đức vì khi nghe chỉ muốn bịt tai lại.

Hãy dành cho trẻ quyền tự quyết nhiều hơn.

Mẹ muốn tối đến gia đình bố trí thời gian đọc sách. Nếu trước đó có chuyện khó chịu với nhau thì trước khi đọc cần làm lành đã. Như vậy ngủ mới không lo nghĩ, ưu tư, lúc thức dậy không bị nặng trĩu trong lòng. Rồi nữa, đánh thức con nên pha trò, vui vẻ hoặc sung sướng, sáng dậy với tâm trạng buồn bã thì sẽ lờ đờ cả ngày. Và khi đó sẽ khó làm việc, học tập và sẽ lại thèm hút thuốc. Nếu ngày trôi qua thú vị và trong tình thân ái thì sẽ quên đi thuốc lá. Nó sẽ yên lòng nếu được mẹ hoặc người nào khác lấy chăn làm thành "ngôi nhà nhỏ” cho nó.

Mẹ cũng nói thêm một điều là Phêđia là thằng bé ngoan, thông minh và tốt bụng. Mọi người xung quanh, cả các thầy, cô giáo đều yêu quý nó.

Yêu các con.

Mẹ.

Bình luận của tác giả

Tôi xin được chia sẻ các ấn tượng của mình: đọc đi đọc lại, lần nào tôi cũng ngạc nhiên: trong quan hệ của chúng ta với con trẻ, thậm chí với cả những trường hợp rất “buông thả”, lại có thể có những đổi thay kỳ diệu đến vậy. Thoạt nhìn những biện pháp thay đổi đơn giản: nghe và nghe thấy, chấp nhận, chịu đựng, yêu thương và đôi khi đau khổ không giấu giếm. Nhưng để làm được tất cả những cái đó phải từ bỏ quan niệm cũ cho rằng giáo dục trẻ có nghĩa là chiến đấu với thói không vâng lời của chúng. Mà nếu có phải chiến đấu thì đó là với những khó khăn và vấn đề của trẻ (và lúc đó chúng ta và trẻ là đồng minh), nhưng chủ yếu là với các phản ứng “tự nhiên” của chúng ta, những mong đợi và thói quen và cuối cùng - với chính kiểu giáo dục độc đoán mà ba thế hệ phụ huynh và thầy giáo đã sống qua. Có lẽ khắc phục được cái di sản “văn hóa” đó trong mình mới là việc làm vất vả.

Lời cuối sách

Xin được chúc mừng các bạn, những độc giả yêu quý, sau khi các bạn đã dám làm một việc nghiêm túc vì con cháu mình và cũng vì chính bản thân các bạn. Tôi tin rằng, các bạn sẽ tìm thấy trong cuốn sách này những kiến thức cần thiết, sự giúp đỡ và ủng hộ.

Tôi cũng xin được cám ơn nhiều nhà khoa học danh tiếng và những bậc phụ huynh hoàn toàn không quen biết và cả con trẻ của họ (chúng tôi không quên cả tác giả những "bức thư" của chúng tôi và người bạn đồng minh tuyệt vời của bà – cậu bé Phêđia) bởi đã có những tìm tòi căng thẳng, tấm lòng bao la và những khám phá tài ba đã giúp chúng tôi tìm ra những biện pháp đúng đắn nhằm tạo dựng một đời sống hài hòa trong các gia đình của chúng ta.